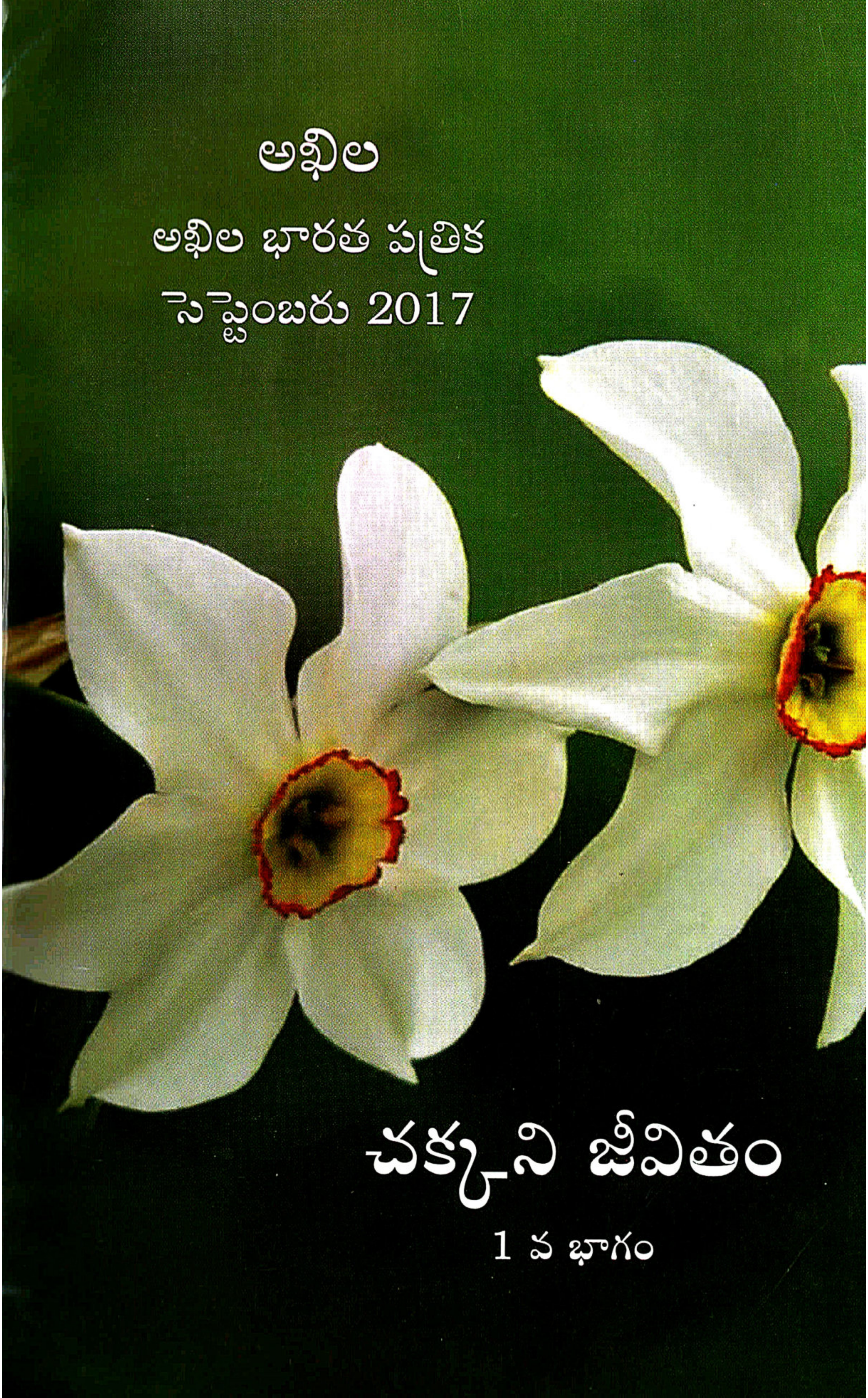


అఖిల

అఖిల భారత పత్రిక

సెప్టెంబరు 2017

చక్కని జీవితం

1 వ భాగం

సంపాదకీయం

మన చరిత్ర నంతా మరింత అందమైన, ప్రయోజనకరమైన అనుభవంగా రూపొందించడం కోసం భవిష్యత్తును నిజంగా, శాశ్వతంగా ఆనందమయం గావించే అవసరాలను అన్వేషించాలనే గట్టి తలంపుతో నిర్విరామంగా కొనసాగే ప్రయాణాలు మన జీవితాలు. అయితే ఈ మార్గంలో ఎన్నో సవాళ్ళను ఎదుర్కోవలసి ఉంటుంది. ప్రతి సవాలు యొక్క అసలు అర్థం తెలుసుకోగలిగితే అందులో కొన్ని అవకాశాలు కూడా వున్నట్లు గ్రహించవచ్చు.

ఈ సెప్టెంబరు, అక్టోబరు మాసాల 'అఖిల' ప్రచురణలు మన జీవితాలను సంతోషంగా, సామరస్యంగా, ప్రయోజనకరంగా గడపటానికి మార్గదర్శనం చేస్తాయి. మన లక్ష్యం జీవితాలను ఆత్మసంయమనం కోల్పోకుండా, చిక్కుల్లో పడకుండా సుగమంగా సాగించటం; జీవితాలను, సవ్యమైన వైఖరికి గల విలువల ప్రాధాన్యతను గుర్తించి, సంపూర్ణ సాఫల్యత పొందగలిగే జ్ఞానమార్గంలో నడిపించడం. సెప్టెంబరు సంచిక 'దివ్యజీవనం సవాళ్ళు' పై కేంద్రీకరిస్తుంది. అక్టోబరు సంచిక 'అందమైన దివ్యజీవనం – అవసరాలు, ఉపకరణాలు' వివరాలను తెలియబరుస్తుంది.

సంపాదకుడు

జీవితంలో ఎదురయ్యే సవాళ్ళు

భోగలాలసతో అప్రతిష్ఠ పాలైన జీవితానికి దాపురించిన అపప్రథను, సన్యాసత్వాన్ని అభిలషించి, అనుసరించడం ద్వారా తొలగించే ప్రయత్నాని కన్నా, జీవితాన్ని నిర్వికారంగా, నిగర్వంగా, నిర్మలంగా, సమరసంగా, సమర్థంగా సాగించడం అధిక కష్టతరం.

ఒకరి భౌతిక అస్తిత్వాన్ని సర్వనాశనమయ్యే స్థాయికి దిగజారే దాకా నిరాదరణకు గురిచేయడం కన్నా, దానికి సమరసమైన, ప్రగతిపూర్వక అభివృద్ధిని సమకూర్చడం అధిక కష్టతరం.

శరీరానికి ఆవశ్యకమైన పోషకాహారాన్ని, పరిశుభ్రతను అందనీయకుండా సమస్త సుఖభోగాలను త్యజించానని గర్వపడటం కన్నా, ప్రశాంతంగా, నిరాసక్తతతో జీవించడం అధిక కష్టతరం.

అనారోగ్యాన్ని అలక్ష్యం చేసి, ఉపేక్షించి, వినాశకరమైన దాని కార్యక్రమాన్ని నెరవేర్చడానికి స్వేచ్ఛగా వదిలేయడం కన్నా ఒక ఆంతరిక మరియు బాహ్య సామరస్యత, స్వచ్ఛత, సమతుల్యతలతో దాని బారిన పడకుండా తప్పించుకోవడం లేక దాటివేయడం లేక జయించడం, అధిక కష్టతరం.

అన్నింటి కన్నా అధిక కష్టతరమైనది చేతనా సామర్థ్యాన్ని నిరంతరం శిఖరాగ్ర స్థాయిలో నుండునట్లు కాపాడుతూ, శరీరం ఒక నిమ్న ప్రేరణతో ప్రభావితం కాకుండా పని చేయించడం.

CWM 12:49-50

శ్రీమాత

అనువాదం: జి. వి. యస్. వి. ప్రసాదరావు



శ్రీఅరవిందులు అరుదెంచింది భవితయొక్క సౌందర్యం ఏదైతే అనుభవించ వలసిందో అది లోకానికి తెలియ జేయడానికి.

వారు విచ్చేసింది ప్రపంచం ఏ వైభవోపేతమైన స్థితికి చేరువౌతున్నదో దానిపై ఆశను కాదు, ఒక దృఢ విశ్వాసాన్ని కలిగించడానికి. విశ్వంయొక్క ఆవిర్భావం ఒక దురదృష్టకరమైన యాదృచ్ఛిక సంఘటన కాదు, అది తనను తాను ప్రకటించుకొనుటకు కదులుతున్న ఒక మహాద్భుతం.

CWM 13:15 శ్రీమాత

అనువాదం: అందుగులపాటి కైలాసపతి

అనిశ్చితత్వం

చాలామంది 'రక్షణ' కోరుకుంటారు. 'రక్షణ' ఉంటేనే మన మనుగడకు సార్థకత ఏర్పడుతుంది. ఇదే ఒక చక్కని గమ్యం. అసలు మానవ ప్రయత్నమంతా రక్షణ కోసమే అని చెప్పవచ్చు. "సౌకర్యం వుంటే చాలు" అనుకునేవారు కొందరు ఉంటారు. కొందరికి వినోదము, సంతోషము ఉంటే చాలు. "అభద్రత", అనిశ్చయత అనే భావన రాజకీయాలకు, మత ప్రచారానికీ ఉపకరణంగా తోడ్పడతాయి. అవి వ్యక్తులను ప్రభావితం చేయడానికి దోహద పడతాయి. మతమూ, రాజకీయమూ వీటి మీదనే ఆధారపడతాయి.

CWM 9: 354-55

*

జరగబోయే దాన్ని ముందుగానే తెలుసుకోవటమా! ఈ విషయంలో ఎంతమంది ప్రయత్నించారో! ఎన్ని విధానాలు ఆవిర్భవించ బడ్డాయో. ఎన్ని శాస్త్రాలు పుట్టి పెరిగాయో! చివరకు అన్నీ అనుభవ శూన్యమైన మూఢ నమ్మకాలుగా మారి నశించాయి. భవిష్యత్తును ముందుగా అంచనా వేసి, అర్థం చేసుకోవటము ఎందుకు సాధ్యపడదు? అది అంత అర్థం కాని విషయమా?

CWM12: 77

*

అసలు రేపటి రోజు ఎం జరుగుతుందో నీకు తెలుస్తుందా? ఎక్కువో, తక్కువో, కొంత ఊహించగలవు, రేపు కూడా ఇవాళ లాగే వుంటుందని. కానీ నీకు ఏమీ తెలియదు. రేపటి గురించి తెలియనప్పుడు ఇక వచ్చే నెల గురించి ఏమి తెలుస్తుంది? రానున్న సంవత్సరం గురించా? అసలు నీకు తెలియనే తెలియదు. ఏం జరుగు తుందో తెలియక పోవటం వలననే ఈ రోజు ఉత్సాహంగా పని చేయ గలుగుతున్నావు. భవిష్యత్తు తెలిస్తే వెయ్యి మందిలో తొమ్మిదివందల తొంభై తొమ్మిది మంది ఏమీ చేయకుండా నిమ్మళంగా కూర్చుంటారు, జరిగేది ఏదో జరుగుతుందిలే అని. అంతే కాదు, నీ ఉత్సాహం కర్పూరంలా కరిగిపోతుంది. చాలా సందర్భాలలో "అందుకోసం ఇదంతా చేయాలా? అనవసరం", అనుకుంటావు.

CWM 4;278

మనం జన్మిస్తుంటాం, జీవిస్తాం, మరణిస్తుంటాము, మళ్ళీ పుట్టి కొన్నాళ్ళు జీవించి తిరిగి చనిపోతాం. ఈ చక్ర భ్రమణం నిరంతరం కొనసాగుతూనే వుంటుంది. దీని కి అంతులేదు, అసలు ఈ సమస్యకు పరిష్కారం గురించి ఆలోచించడం. రానున్నది ఏ మాత్రం తెలిసినా, జీవితాన్ని రుచి చూసినా, అది ఒక నిరంతర చక్ర భ్రమణమనీ తెలిసినా, ఈ జీవితకాలంలో చేయవలసినది ఏమిటో గ్రహించగలిగినా మనం ఈ జన్మలో కొంతవరకే చేసి, మిగతాది వచ్చే జన్మలో చూద్దాములే అనుకున్నా, మనలను అనుసరించి దాని వస్తు సామగ్రిని వదిలించుకోలేక పోయినా, మరో జన్మ నెత్తి పునః ప్రారంభించాలి. కాని అలా వద్దు. చేయగలిగింది ఈ జన్మలోనే చేద్దాము. వచ్చే జన్మ ఎట్లా వుంటుందో! చేయగలింది ఈ జన్మలోనే ఆత్మసాక్షిగా

శ్రీ అరవిందుల అనర్ఘ రత్నాలు:

మానసికమైన తొందరపాటుతో ఆందొళన పడవద్దు. శ్రీమాతను ధ్యానించు. ఆమె శక్తి నీ హృదయ కమలాన్ని వికసింప జేస్తుంది.

CWSA 32:478

ఆకాంక్షకు తగినట్లుగా కృషి చేయాలి. నిన్ను నీవుగా శ్రీమాతకు సమర్పించు కోవాలి. శ్రీమాతకు సంబంధించిన కార్యక్రమములనే చేయాలి. మిగతావి తిరస్కరించాలి. సమర్పణ పరిపూర్ణముగా ఉండాలి. అంతా సరైన సమయం లో జరుగుతుంది. ఏ విషయములోనూ ఆందోళనను గాని, తొందరను గాని రానీయవద్దు. ఇక్కడ అసహనమునకు గాని, కృంగుబాటుకుగాని అవకాశమే లేదు.

CWSA 32:243

ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరంలేదు. అట్టి పరిస్థితులలో ప్రశాంత చిత్తముతో శ్రీమాతకు ఉన్ముఖుడవై ఆమెను ధ్యానించు. నీలో ఏదో ఒక పరిష్కార మార్గం ఉదయిస్తుంది.

CWSA 32:76

అనువాదం: కె.ఆర్ . ఎల్. నరసింహారావు

చేద్దాము, నిజాయితీగా చేద్దాము. అదే మంచిది. "నేడు చేయగలిగిన పని రేపటికి వాయిదా వెయ్యద్దు," అంటే ఇదే. ఇప్పుడే మనకు అవకాశం ఉంటుంది, ఈ జన్మ లోనే వీలుపడుతుంది. దీన్ని సద్వినియోగం చేసుకోకపోతే మళ్ళీ ఏ వెయ్యి సంవత్స రాలకు అవకాశం వస్తుందో, అసలు రాదో!

ఏది ఏమైనా నీ విద్యుక్త ధర్మం నిర్వర్తించటం నీ విధి. ఎంత త్వరగా చేస్తే అంత మంచిది.

CWM 7:196 *అనువాదం: కె.ఆర్. ఎల్. నరసింహారావు*

ఆందోళన

ఏమి జరుగబోతున్నదో అని అనునిత్యం విచరపడటం మనిషితో పాటే మొదలయింది. ఈ విచారం మనిషిని పీడించడానికి ఏకైక కారణం కాకపోయినా అదే ప్రధాన కారణం. విషయ పరిజ్ఞాన పరమైన ఈ చేతనతో ఆరాటం, బాధాకరమైన ఊహలు, విచారం, పీడనం, భవిష్యత్ దుర్ఘటనలను ముందుగానే ఊహించుకోవడం మొదలవుతుంది. తత్ఫలితంగా అనేకులు — కొద్దిపాటి ఎరుక గలవారు కాదు, అత్యధిక ఎరుక గలవారు- నిరంతరం వ్యధ చెందుతూ జీవిస్తారు..... అది అవసరమైన జ్ఞానమా? ఇక దురదృష్టకర విషయమేమిటంటే మనిషి తన జీవితంలోని సమస్య లన్నింటినీ తానే పరిష్కరించుకోవాలనే నమ్మకం కలిగి వుంటాడు. కానీ అది చేయ డానికి అవసరమైన జ్ఞానం అతని కుండదు. అతని కష్టాలన్నింటికీ అదే మూలకారణం, ఉత్పత్తి స్థానం. 'దానితో నేనేం చేయాలి' అనే ప్రశ్న నిత్యం వెంటాడుతుంది. దానిని ననుసరించి అంతకన్నా తీవ్రమైన మరో ప్రశ్న 'ఏం జరుగబోతుంది?" ఉదయిస్తుంది. ఇంచుమించు అదే సమయంలో సమాధాన మీయడానికి అశక్తతత!

CWM 9:303-05

దాదాపు అందరూ ఫలితం గురించో లేక ఏదో పొందాలనో ఆత్రపడుతుంటారు. ఫలితాల గురించి ఆత్ర పడకూడదు. మామూలుగా పని చేయి, ఎందుకనగా అది తప్పక చేయబడాల్సింది అని నీకు తెలుసు. నీకు నీవు ఈ విధంగా చెప్పుకో, "నేను ఇది చేస్తున్నాను, కారణం అది చేయబడవలసినది గనుక. ఆ తరువాత ఏమి జరుగు తుందనే దానితో నాకు సంబంధంలేదు."

అది ఒక స్పష్టమైన లక్ష్యం. అది సిద్ధించే వరకు కార్యక్రమం ఎప్పుడూ అస్పష్టం గానే వుంటుంది.

CWM 4:12

చేయకూడని పని అని తెలిసి దానినే పదే పదే చేస్తూపోతే, తాను పొందగలిగిన శాంతిని, ప్రశాంత వాతావరణాన్ని , సుఖ సంతోషాలను సమస్తం నష్ట పోతాడు.

ఎవడైతే అబద్ధాలాడుతాడో , వాడు అది ఎప్పుడో బయట పడుతుందని నిరంతరం భయపడుతుంటాడు. ఎవడైతే అక్రమానికి పాల్పడతాడో వాడు బహుశా తాను శిక్షింప బడతానేమో అని నిత్యం ఆరాట పడుతుంటాడు. ఎవడైతే మోసం చేయాలని ప్రయత్నిస్తాడో అది తెలుసుకోబడుతుందేమో ననే బెంగతో శాంతిని కోల్పోతాడు.

వాస్తవానికి, కేవలం అహంకారమే కారణమైనప్పటికీ, మంచి చేయడం, ధర్మ బద్ధంగా వ్యవహరించడం, యుక్తమైన నడవడి కలిగి వుండడం, నిజాయితీగా ప్రవర్తిం చడం, నెమ్మదిగా, ప్రశాంతంగా నుండటానికి ఆరాటం తగ్గించుకోవడానికి ఉత్తమమైన మార్గం. దానితోపాటు వ్యక్తి నిరాసక్తుడైవుండి, వ్యక్తిగత ఉద్దేశ్యాలు, అహంభావం లేనివాడైతే, అప్పుడు నిజమైన ఆనందం పొందగల సంభావ్యత ఏర్పడుతుంది.

CWM 3:197

నీవు దేనినైతే ఆరాటం, ఆతురత అని అంటున్నావో, అది కలగడానికి కారణం నీవు నీ స్వంత వ్యవహారాలను చూచుకోవడంలో పూర్తిగా నిమగ్నమై వున్నందు వలన. అందుచేత అజ్ఞాని, సంస్కారహీనుడగు వ్యక్తిగా నుండకూడ దనుకుంటే, నీవు చేస్తున్న పనిపై అంకితభావం కలిగి వుండాలి, (చిత్రలేఖనం లేక సంగీతం) సంస్కరించ బడని నీ మనస్సును వికసింప జేయాలి, వ్యక్తికి ఆవశ్యకమైన జ్ఞాన మూలాలను తెలుసుకోవాలి. నీవు క్రమం తప్పకుండా ప్రతి రోజు ఎనిమిదినుంచి తొమ్మిదిగంటలు పని చేసినట్లయితే, నీకు అకలి వేస్తుంది, నీవు తృప్తిగా ఆహారం తీసుకో గలుగుతావు, ప్రశాంతంగా నిద్ర పోగలుగుతావు. నీకు నీ మనఃస్థితి బాగానే వున్నదా, లేదా అని ఆలోచించే సమయం కూడా దొరకదు.

CWM 12:130

..."నేను తొందర పడాలి, నేను తొందర పడాలి, ఎక్కువ సమయం లేదు, నేను త్వరపడాలి, సమయం ఎక్కువ లేదు" అని ఆరాటపడటం బహు చెడ్డది. వ్యక్తి పనులను అధ్వాన్నంగా చేస్తాడు లేదా అసలు చేయడం మానేస్తాడు. కానీ అతనికి

తన మానసిక శక్తితో సంపర్కంలోకి వచ్చిన వెంటనే ఈ స్థితి అంతమైపోతుంది. అతడు ఇంకొంత విస్తృతి చెందడం, నెమ్మది పడడం, ప్రశాంతత ననుభవించడం, శాశ్వతత్వంలో జీవించడం ప్రారంభిస్తాడు.

CWM 6:334

"ఓహ్, ఎవరైనా పనులను సక్రమంగా చేయాలంటే, అతనికి సమయం వుండాలి" అనే వారందరికీ ఇది చక్కని సమాధానం. ఇది నిజం కాదు. నీవు చేసే దాని కంతా — చదవడం, ఆటలాడటం, పని చేయడం — ఒకే ఒక పరిష్కారం వుంది: వ్యక్తి యొక్క ఏకాగ్రత శక్తిని పెంచడం. ఈ ఏకాగ్రతను నీవు సాధించినప్పుడు, అలసిపోవడం ఇక వుండదు. మొదట్లో ఒక మానసికోద్వేగం కలగడం సహజం, కానీ అలవాటు పడితే అది తగ్గిపోతుంది. క్రమేపీ ఎలాంటి సమయం ఒకటి వస్తుందంటే నీకు అలసట కలిగేది ఏకాగ్రత వహించనప్పుడు, నీ మనస్సును నీవు చెదరగొట్టుకున్న ప్పుడు, రకరకాల విషయాలు నిన్ను కబళించినప్పుడు, నీవు చేస్తున్న పనిపై ఏకాగ్రత చూపనప్పుడు. వ్యక్తి ఏకాగ్రతా శక్తితో పనులను మరింత మెరుగుగా, మరింత వేగవంతంగా చేయగలడు. ఈ విధంగా పనిచేయటం అభివృద్ధికి సాధనంగా ఉపకరిస్తుంది.

CWM 4:138

ఏ పరిస్థితిలోనైనా నీవు నిర్భయంగా చేయగలది ఒకటుంది. అదేమిటంటే నిద్ర కుప క్రమించే ముందు ఏకాగ్రత వహించడం, భౌతిక అస్తిత్వం లోని ఉద్వేగాన్ని సడలిం చడం.... అనగా, శరీరంలో ఉద్వేగాన్ని తగ్గించుటకు ప్రయత్నించడం. ఆ విధంగా దేహం పరుపుపై ఒక గుడ్డ పేలికలా పడి వుంటుంది. ఇక దానికి తిమ్మిర్లుగాని, పీక్క పోవడం గాని వుండవు; పూర్తిగా ఉపశమనం పొంది కేవలం ఒక గుడ్డపేలికలా అవుతుంది. ఆ తరువాత ప్రాణికం: దానిని శాంతపరచాలి, నీకు చేతనైనంతగా శాంతపరచు, సాధ్యమైనంతగా నెమ్మది కలిగించు, ప్రశాంతిని సమకూర్చు. తరువాత మనస్సును కూడా — దానికి ఏ విధమైన కదలికలను లేకుండా వుంచడానికి ప్రయ త్నించు.

నీ మెదడుపై గొప్ప శాంతికారకమైన, నెమ్మదిని కలిగించే, వీలైతే నిశ్శబ్ద స్థితిని కూడా కలిగించే శక్తిని ప్రయోగించు. ఊహలను చురుకుగా అనుసరించకు, ఏ ప్రయత్నం చేయకు, ఏమీ చేయకు, ఏమీ చేయకు. అక్కడ కూడా కదలిక

లేకుండా చేయాలి కానీ ఒక నిశ్శబ్ద ప్రశాంత స్థితిలో వీలైనంత విశ్రాంతిని కలిగించు.

CWM 7:66

ఈ విజయం సాధించాలంటే, మన చుట్టూ వున్న వాతావరణ స్థితికి భిన్నమైన లక్షణం గల ఒక మానసిక స్థితిని తప్పక నెలకొల్పుకోవాలి. కొద్ది కొద్దిగా, రోజువారీగా, మన మనసులను ఊహించ గలిగినంత అత్యున్నతమైన, స్వచ్ఛమైన, నిరాసక్తమైన ఆలోచనలతో నింపాలి. దేనినైతే మనం విధిగా ప్రకటించాలో ఆ దివ్యజ్ఞానాన్ని బోలిన అగ్నిజ్వాలను మనలో మనమే స్వయంగా రగిలిద్దాం.

ఈ కార్యాన్ని ఒక రోజులోనో, ఒక మాసంలోనో, కనీసం ఒక సంవత్సరంలో కూడా సాధించలేము. అందుకు మనం సంకల్పించాలి, పట్టుదలతో సంకల్పించాలి. కానీ, దీని వలన సమకూరే ప్రయోజనాలను తెలుసుకోగలిగితే, దాని వలన కలిగే ప్రశాంతతను అనుభూతి చెంద గలిగితే, అవి మనలో కోరికల వలన జనించే ఆందోళన, ఆరాటం, భయభ్రాంతుల స్థానాన్ని నెమ్మది నెమ్మదిగా ఆక్రమించుకుంటాయనే అవగాహన ఏర్పడితే, నీవు నిస్సంకోచంగా కార్యాచరణకు పూనుకుంటావు.

CWM 2:93

ఎప్పటి లాగే, పరిస్థితులు జటిలమైన వెంటనే, మానవులు ఆందోళన చెందుతారు, ఆగ్రహావేశాలకు లోనౌతారు, కష్టాలను పదింతలు అధికం గావించుకుంటారు. కాబట్టి, నేను నిన్ను సూటిగా హెచ్చరిస్తున్నాను, ఇది చేయకూడని పని అని, చేయవలసింది అందుకు వ్యతిరిక్తంగా నని. నేను ఏదైతే నీకు చదివి వినిపించ బోతున్నానో దానిని తప్పకుండా నీకు నీవు మళ్ళీ మళ్ళీ చెప్పుకోవాలి, నీలో ఏదో ఆందోళన గానీ, విచారం గానీ కలిగిన వెంటనే, నేను నీకు నేడు చెప్పుతున్న దానిని గుర్తుంచుకోవాలి. సంవత్సరం పొడవునా గుర్తుంచుకోవాలి. ఉదయాన, సాయంకాలం పునశ్చరణం చేయి, లాభసాటిగా నుంటుంది. ఇక్కడ, ఇక విను... "మానవ సంకల్పం ఏది కూడా దైవ సంకల్పాన్ని ఎదిరించి నిలువ లేదు. అందువలన ఉద్దేశపూర్వకంగాను, ప్రత్యేకంగాను మనల్ని మనం దైవం తరఫున నిలుపుకుందాం.చివరకు విజయం తథ్యం"

CWM 6:454

అనుదినం ఆందోళన చెందకుండా జీవిద్దాం. బహుశా, ఎప్పుడూ జరుగదేమోనని

అనుకునే విషయాన్ని గురించి ముందుగానే విచారపడట మెందుకు?

*

విచారపడటమంటే దైవకృపపై విశ్వాసం కోల్పోవడం. నీ సమర్పణ సంపూర్ణంగా లేదనటానికి స్పష్టమైన సంకేతం.

CWM 14:222, 23

నీవు దైవకృపపై ప్రగాఢ విశ్వాసం, గట్టి నమ్మకం కలిగి వుండాలని అది బోధిస్తుంది. ఎందుకనగా అవి సంపూర్ణంగా, సమగ్రంగా సమకూరినప్పుడే సమస్తమైన విచారం, ఆరాటం నీ నుండి వెడలిపోతాయి.

CWM 17:377 *అనువాదం: అడుగులపాటి కైలాసపతి*

శంకలు భయాలు

సర్వసాధారణంగా మానవుల పరిస్థితి శంకలు, భయాలతో నిండిపోయి ఉండే అవస్థ. నీ మనస్సును నీవు పది నిమిషాలు లోతుగా పరిశీలిస్తే, పదింటిలో తొమ్మిది పూర్తిగా, భయంతో నిండిపోయినవై ఉంటాయి — అది తనతో ఎన్నో విషయాల మీద భయాన్ని వెంటబెట్టుకొనే ఉంటుంది, పెద్దవి, చిన్నవి, దగ్గరవి, దూరానివి, చూసినవి, చూడనివి. నీవు సాధారణంగా దానిని గురించి ఎరుకలో ఉండనప్పటికీ, అది ఎప్పుడూ అక్కడే ఉంటుంది. భయం అంతటి నుంచి విముక్తిని పొందటం అనేది కేవలం నిలకడతో కూడిన ప్రయత్నం, నియమానుసార ప్రవర్తన వలన మాత్రమే సాధ్యం కాగలదు.

భయాల కారణాలు మళ్ళీ మళ్ళీ నీ మీద దాడి చేస్తూనే ఉంటాయి, వాటి ఎదుట స్వతంత్రంగా, ఉదాసీనంగా, తగలకుండా, పరిశుద్ధంగా నిలబడే పర్యంతము. ఒకరికి సముద్రమంటే భయం, మరొకరికి నిప్పు అంటే భయం. రెండవ వ్యక్తి బహుశా తాను ఒక దాని తరువాత మరొక పెద్ద మంటలో కాలిపోతానేమో నని అనుకుంటూ ఉంటాడు. అది అతని శరీరంలోని ఒక కణం కూడా వణకకుండా అతడు శిక్షణ పొందే పర్యంతమూ అట్లాగే ఉంటుంది. దేని గురించైతే నీకు మహాభీతి

ఉంటుందో, అది పోయే వరకు నిన్ను అది తిరిగి తిరిగి భయవిహ్వాలుడిని గావిస్తూనే ఉంటుంది.

CWM 3:57

ఒకరికి దేని గురించి భయం ఉంటుందో ఆ భయమే ఎల్లప్పుడూ కలుగుతూ ఉంటుందని మనకు తెలుసు. నీవు ఒక ప్రమాదం గురించి భయపడితే, అది అయస్కాంతం లాగా ప్రమాదాన్ని నీ వైపుకు లాక్కు వస్తుంది. ఈ భావనలో, అది బహుశా వ్యక్తి నైతిక లాక్షణికతను బట్టి ఫలితం ఉంటుందని చెప్పబడింది. అదే విషయం వ్యాధికి కూడా వర్తిస్తుంది. వ్యాధి ప్రబలిన ప్రాంతాలలో రోగులమధ్య తిరిగే కొంతమంది జనం ఉన్నారు, వారెన్నడూ వ్యాధి బారిన పడరు. కాని ఇతరులు మరికొంతమంది ఉన్నారు, ఒక వ్యాధి గ్రస్తుడితో ఒక గంట గడిపితే చాలు వారు వ్యాధి బారిన పడతారు. అది కూడా అంతరంగంలో వారేమిటో అనేదానిమీద కూడా ఆధారపడి ఉంటుంది.

CWM 6:2

వ్యాధి ప్రమాదం పదింట తొమ్మిది వంతులు భయం వల్లనే వస్తుంది. భయం వాస్తవమైన వ్యాధిలక్షణాలను నీలో పాటమరింప జేయగలదు. అది నీకు వ్యాధిని కూడా సంక్రమింప జేయగలదు. దాని ప్రభావాలు అంతవరకు వెళ్ళగలవు.... అనుభవం ఎటువంటి లక్షణాలతో కూడుకున్నప్పటికీ, నీవు తప్పక భయానికి చోటివ్వ కూడదు. నీవు తప్పక నిబ్బరం కలిగిన ధృఢవిశ్వాసంతో ఏది జరిగినా అది జరిగితీరవలసి ఉంది కాబట్టి జరుగుతుందనే గట్టి నమ్మకంతో ఉండాలి.... కాని నీవు ఎంచుకోటం, వెనక్కి పోవటం, మళ్ళీ ఎంచుకోటం, వెనక్కి పోవటం, ఎల్లప్పుడూ ఇటువంటి ఊగిసలాట ధోరణితో, ఎల్లప్పుడూ శంకతో, ఎల్లప్పుడూ భయంతో నిండిపోయి, నీ అస్తిత్వంలో అసామరస్యతను సృష్టించినట్లయితే, అది నీ పురోగతిని మందగింప జేయడమేకాదు, మనస్సులో, ప్రాణిక అస్తిత్వంలో అన్ని రకాల అస్థిరతలకు, శరీరంలో అసౌకర్యానికి, వ్యాధికి మూలం కాగలదు.

CWM 3:90-91

ఒకరు అజ్ఞానం కారణంగా పిరికివారు అవుతారా?

దానర్థం అన్ని రకాల చెడ్డవిషయాలకు అజ్ఞానమే కారణమని ఒకరు అనుకోవచ్చు. కాని ఒకరు పిరికివారు అవటానికి కారణం వారు చాలా తామసికులవటం మూలంగాను,

ప్రయత్నం చేసేందుకు భయపడటం వల్లను అని నేననుకుంటున్నాను. పిరికివారవకుండా ఉండాలంటే ఒకరు ప్రయత్నం చేయాలి, ప్రయత్నంతో ప్రారంభించాలి, తదుపరి అది చాలా ఆసక్తిదాయకమైన దవుతుంది. కాని ఈ రకంగా పరిగెత్తి పారిపోవటం నుంచి తమకు తాము బయటపడాలంటే, అత్యుత్తమమైన విషయం ప్రయత్నించటం.

దానిని ఎదుర్కొనటానికి మారుగా, ఒకరు బెదిరిపోయి వెనుకంజ వేస్తారు, పారిపోతారు, వెనక్కి తిరిగి, పరుగెత్తి పారిపోతారు.కారణం మొదటిదైన ప్రారంభ ప్రయత్నమే కష్టం. కనుక, నిన్ను ప్రయత్నం చేయనీయకుండా అడ్డుకొనేది జడమయమైన అజ్ఞాన ప్రకృతి. నీవు రాజసిక ప్రకృతిలో ప్రవేశించిన వెనువెంటనే, నీవు ప్రయత్నాన్ని ఇష్టపడతావు. రాజసిక ప్రవృత్తి కల జనులకు కనీసం ఒక అనుకూలత వుంటుంది, అది వారు ధైర్యవంతులు కావటం, కాని తామసిక జనులు మాత్రం పిరికివారు. ప్రయత్నించటానికి ఉండే భయమే ఒకరిని పిరికి వారిని చేస్తుంది. ఒకసారి గనుక నీవు మొదలు పెడితే, ఒకసారి గనుక నిర్ణయం తీసుకొని ప్రయత్నం ఆరంభిస్తే, నీవు ఆసక్తి పరుడవవుతావు. కచ్చితంగా ఇదే కొంతమందిలో వారిని వారి పాఠాలు నేర్చుకోకుండా ఉండటానికి, ఉపాధ్యాయుడిని ఆలకించకుండా ఉండేందుకు కారణమవుతుంది. అది తామసికత, అది నిద్రలో కూరుకుపోవడం, దేనినైనా పట్టుకోవడానికి తదుపరి దానిని గ్రహించి అట్టి పెట్టుకోవడానికి తప్పకుండా చేయాల్సిన ప్రయత్నాన్ని అది తప్పించుకుంటుంది. అది సగం నిద్రమత్తులో జోగడం. కనుక ఇదే భౌతికంగానూ వర్తిస్తుంది. అది అస్తిత్వం నిద్రమత్తులో జోగడం, ఒక జడత్వం.

కొంతమంది జనులున్నారు, వారు ... భౌతికంగా ఎంతో ధైర్యవంతులైన జనులు కొంతమంది నాకు తెలుసు, కాని నైతికంగా వారు ఎంతో, ఎంతో పిరికివాళ్ళు, కారణం మనుషులు భిన్న మైన భాగాలతో చేయబడతారు. వారి భౌతిక అస్తిత్వం చాలా చురుకుగానే, ధైర్యంతోనే ఉండగలిగి ఉంటుంది. వారి నైతిక అస్తిత్వం మాత్రం పిరికి. దానికి వ్యతిరేకమైనది కూడా నాకు తెలుసు: అంతరంగంలో చాలా ధైర్యవంతులైన వారు నాకు తెలుసు, కాని బాహ్యంలో వారు ఘోరంగా పిరికివారు. కాని వీరికి కనీసం అంతరంగ ఇచ్ఛను కలిగి ఉన్న ఆనుకూల్యత ఉంది. వణకిపోయినా కూడా వారు తమకు తాము బలవంతం చేసుకుంటారు.

CWM 7:25-26

ప్రపంచం సమస్తం సంతోషం కలిగించని లేదా సౌందర్యవంతం కాని విషయాలతో పూర్తిగా నిండిపోయి ఉంది, కాని అదే కారణంగా ఒకరు నిరంతంర అసహ్యంతో, ద్వేషాను భూతితో, జీవించవలసిన అవసరం లేదు. మానవ మనస్సును అస్థిర పరుస్తూ, బలహీన పరచేటటువంటి కుంచించుకు పోయే, అసహ్యించుకునే, భయపడే అనుభూతులనన్నింటినీ అదిగమించ గలగటం సాధ్యమే. .... నీవు తప్పక అన్ని అస్తిత్వాల, విషయాల, సంఘటనల సన్నిధిలో ఒక పరిపూర్ణమైన సమత్వాన్ని ప్రదర్శించాలి. ఎల్లప్పుడూ తప్పకుండా నిశ్చలంగా వికలమైపోకుండా, చలించకుండా ఉండాలి. .... ప్రమాదకరమైన క్రూరమైన జంతువులు సైతం, ముఖాముఖీగా నిన్ను ఎదుర్కొన్నప్పుడు పూర్తి నిశ్చలత, ప్రశాంతత ఆ జంతువులు నీకు ఏ హాని చేయకుండా చేయగలదు.

ఏ ప్రమాదం నుంచైనా అత్యుత్తమంగా నిన్ను రక్షించేది, కారణాన్ని ఆలోచించ కుండా వెనక్కి పలాయనం చిత్తగించడం కాదు. కేవలం జ్ఞానం మాత్రమే, ప్రమాద లక్షణాన్ని తెలిపే జ్ఞానం, దానిని తొలగించడానికి లేదా నిర్వీర్యం చేయటానికి ఎరుకతో కూడిన సాధనాల వినియోగం. దేనినుంచి గమనాలు పైకి తరలివస్తుంటాయో దానిని గురించిన అజ్ఞానమే మానవుల సర్వ సాధారణస్థితి, కాని దానిని జయించవచ్చు; ఎందువల్లనంటే, మనం, దేని నుంచైతే బాహ్య అస్తిత్వం మొదలువుతుందో, ఏదైతే మనచుట్టూ పరివేష్టించియున్నదో అటువంటి మోటైన మానవ ప్రకృతికి పరిమితమై యున్న వారము కాదు.

అజ్ఞానం వృద్ధి పొందే చైతన్యం వలన చెదరగొట్ట బడుతుంది. నీకు కావలసినదల్లా చైతన్యం ఎల్లప్పుడూ మరింత చైతన్యం, ఒక పరిశుద్ధమైన, నిరాడంబరమైన, ప్ర కాశవంతమైన చైతన్యం. పరిపూర్ణం కావించబడిన ఈ చైతన్యం వెలుగులో, విషయాలు ఉన్నవి ఉన్నట్లుగా కనబడతాయి. అంతేగాని అవి కనబడాలని కోరుకున్న ట్లుగా కాదు. అది విషయాలను అన్నింటినీ కదలిపోతూ ఉంటే నమోదు చేసే ఒక తెర లాంటిది. అక్కడ నీవు ఏది ప్రకాశవంతమో, ఏది కటిక చీకటో, ఏది సూటిగా ఉందో, ఏది వక్రించి కుటిలమై ఉందో దానిని దర్శిస్తావు. నీ చైతన్యం ఒక తెర లేదా అద్దం అయిపోతుంది. కాని ఇది నీవు ఒక ఏకాగ్రతా ధ్యాన స్థితిలో ఉన్నప్పుడే, కేవలం ఒక పరిశీలకుడిగా ఉన్నప్పుడే జరుగుతుంది; నీవు క్రియాశీలంగా, చురుకుగా ఉన్నప్పుడు అది ఒక అన్వేషణా దీపంలా వుంటుంది. నీవు ప్రకాశవంతంగా చూడదలచు

కోవడానికి గాని, ఏ చోటులోనైనా, దేనివైనా సునిశితంగా పరీక్షించటానికి గాని కేవలం దాని మీటను పనిచేయడానికి తిప్పడం మాత్రమే నీవు చేయవలసి ఉంటుంది.
CWM 3:100-01

నీవు నీ చైతన్యాన్ని గనుక అత్యున్నతమైన చైతన్యం సంపర్కంతో అందుబాటులో ఉంచుకో గలిగితే అటువంటి సందర్భంలో అత్యుత్తమమైనదే పూర్తిగా, కచ్చితంగా నీకు జరుగగలదని నీవు అనుకోవచ్చు. కాని నీవు ఈ చైతన్యం నుంచి నిమ్నస్థితిలోకి పడిపోయిన వెంటనే, అప్పుడు సుస్పష్టమయ్యే విషయం అత్యుత్తమమైనది నీకు జరుగదని, దానికి సరళమైన కారణం నీవు నీ అత్యుత్తమమైన చైతన్యంలో లేవు. నేను ఇంకా గట్టిగా ఏమని చెపుతానంటే, తక్షణమే ప్రబావం చూపించే ప్రతి ఒక్కరి క్షేత్రంలో, సరియైన దృక్పథం కేవలం ప్రతి పరిస్థితిని అనుకూలంగా మార్చడమే కాకుండా, పరిస్థితిని సైతం మార్చి వేయగలదు. ఉదాహరణకు, ఒక మనిషి నిన్ను చంపటానికి వస్తే, నీవు సాధారణమైన చైతన్యంలో కొనసాగుతూ ఉంటే, మతి భ్రమించి భయోత్పాతానికి లోబడితే, అతడు ఎందుకు వచ్చాడో, ఆ పనిని విజయవంతంగా పూర్తి చేయడంలో చాలా మటుకు సఫలీకృతుడవుతాడని విశ్వసించవచ్చు. నీవు చైతన్యంలో ఇంకొంచెం ఉన్నతోన్నత స్థాయికి ఎదగ గలిగితే, పూర్తిగా భయంతో ఉన్నప్పటికీ, దైవం సహాయానికై అర్థిస్తే, అతడు బహుశా చిన్న గాయం మాత్రం చేస్తూ, కొద్దిలో గురి తప్పిపోతాడు. కాని నీకు సరియైన దృక్పథం ఉంటే, నీ చుట్టూ ఉన్న దైవసన్నిధి యొక్క సంపూర్ణ చైతన్యం గనుక ఉంటే, అతడు నీ వైపు వేలును కూడా ఎత్తి చూపడానికి అసమర్థుడవుతాడు.

ఈ సత్యం మొత్తం పరివర్తన సమస్యకు పూర్తిగా కీలకం అవుతున్నది. ఎల్లప్పుడూ దైవసన్నిధిని తాకుతూ ఉండి, దానిని క్రిందికి తీసుకువచ్చే ప్రయత్నం చేస్తూ ఉంటే, అప్పుడు చాలా ఉత్తమమైనదే ఎల్లప్పుడూ జరుగుతుంది. సహజంగానే, ప్రపంచం ఒక్కసారిగా మార్పు చెందదు, కాని అది ఎంతో త్వరితంగా దానికి ఎంతగా సాధ్యమైతే అంతగా ముందుకు వెళ్తుంది. మీలో ప్రతివారు చేయ గలిగిన దంతా చేస్తే, అప్పుడు సక్రమంగా కలిసి పని చేయడం జరిగి, ఫలితం ఎంతో ఎక్కువగా తొందరగా జరుగుతుంది. నా దగ్గర సరియైన దృక్పథం యొక్క ఆధి పత్య శక్తి మీద లెక్కలేనన్ని ఉదాహరణలున్నాయి. ఒక్క వ్యక్తి సరియైన దృక్పథాన్ని

కలిగి ఉండడం మూలంగా సమూహాలు దుర్ఘటనల నుంచి రక్షింపబడటాన్ని నేను చూసాను.

ప్రతిసారి నీవు నీ ఊహను అనారోగ్యకరమైన పద్ధతిలోనే పోనిస్తూ ఉంటే, నీ భయాలకు రూపాన్ని కల్పిస్తూ, ప్రమాదాలు, దురదృష్టాలు జరుగుతాయని ముందు గానే ఊహిస్తూ ఉంటే, నీవు నీ సొంత భవిష్యత్తును చెడగొట్టుకుంటూ ఉన్నవాడ వవుతావు. దానికి మారుగా నీ ఊహ ఎంతగా ఆశావహ దృక్పథంతో ఉంటే అంత ఎక్కువగా నీ లక్ష్యాన్ని సాక్షాత్కరింప చేసుకొనే అవకాశం ఉంటుంది.... కనుక, నేను మీకు చెప్పేదేమంటే, ఎన్నడూ నిరుత్సాహానికి, నైరాశ్యానికి లోను కావద్దు, కాని నీ ఊహను ఉన్నతోన్నత సత్యం ఒత్తిడికి ఎల్లప్పుడూ ఆశావహంతో, హర్షపూరిత మైన మృదుత్వంతో ఉంచు; ముందు చెప్పినదానిలో రెండవది సంపూర్ణంగా ఆవశ్యకమైన రూపాలను నీలో చూసి, దాని సృజనాత్మక ప్రకాశాన్ని పట్టి ఉంచడానికై బహుశా అది నిన్ను కోరుకోవచ్చు.... మనం చేసే పని సఫలీకృతంగా నిరూపిత మవుతుందనే నిరంతర ఆశావహంతో, నమ్మకంతో జీవించు.

CWM 3:154-156

ఈ అస్తిత్వాలు అనేక లక్షణాలతో చేసే కార్యక్రమాలలో ఒకటి ప్రాణిక ప్రదేశం లోను, కాలం లోను తమ ఇచ్ఛతో బ్రహ్మాండమైన రూపాలను అనుకరించగల సామర్థ్యం కలిగి ఉంటూ, నీలో భయ ప్రకంపనలు సృష్టించడం; నీ మీద దండెత్తి, వశం చేసుకోవటానికి అదే వారి అత్యంత శక్తివంతమైన సాధనం. నీవు తప్పక నీ మనస్సులో భయోత్పాతం కలిగించే భ్రమాత్మకమైన వారి ఆధిపత్య శక్తిని జ్ఞాపకం ఉంచుకోవాలి, అంతట భయాన్నంతా బయటకు విసరి వేయాలి. ఒకసారి నీవు వారిని ధైర్యంగా, జంకు లేకుండా ఎదుర్కొంటే, వారి కళ్ల లోకి సూటిగా చూస్తే, వారు వారి శక్తిలో మూడు వంతులు కోల్పోతారు. నీవు అప్పుడు మా సహాయాన్ని అర్థిస్తే, అప్పుడు ఆ అఖరి వంతు కూడా పోతుంది, వారు వారి కాళ్ళకు బుద్ధి చెప్పటం గాని లేదా విలీనమై అదృశ్యమై పోవటంగాని చేస్తారు.... కనుక మొత్తానికి సారాంశంలో, రెండు విషయాలను గుర్తు పెట్టుకో; ఎన్నడూ, ఎన్నడూ భయపడవద్దు, అన్ని పరిస్థితులలోను నిన్ను ధృఢంగా వంద రెట్లు అధిక బలవంతుడిగా చేయడానికి సరియైన సహాయాన్ని అర్థించు.

CWM 3:165-66 *అనువాదం: డా. త్రిపురారిభట్ల ప్రసన్న కృష్ణ*

బాంధవ్యాలు

ప్రశ్న: మధుర మాతా! ఇద్దరు మనుషుల మధ్య ఉండవలసిన ఉత్తమమైన బంధమేది? తల్లీ కొడుకులదా? ఒక సోదరుడు లేక స్నేహితుడు లేక ప్రేమికుడు లాంటిదా?

అన్ని అనుబంధాలు సూత్రప్రాయంగా మంచివే. ప్రతి అనుబంధం అనంతుని ఒక అంశను వ్యక్త పరుస్తుంది. కానీ అసత్యము, స్వార్థపూరితమగు మానవ ప్రకృతితో ప్రతి అంశ వక్రీకరించబడి, చెడుగా పరిణమిస్తుంది, దాని వలన ప్రేమ యొక్క స్పందనలు తమ సంపూర్ణ స్వచ్ఛతతో వ్యక్తపడలేవు.

CWM 16:278

మీ రొక వ్యక్తితో కలిసి ఉంటారు. ఆ వ్యక్తి మీ కేదో చెపుతాడు. మీరు అందుకు వ్యతిరేకంగా ఏదో చెపుతారు. (సాధారణంగా అలా జరుగుతుంది. ఏదో వ్యతిరేకించాలని అలా అంటారు.) మీరు వాదించటం మొదలు పెడతారు. సహజంగానే మీరొక కొలిక్కి రాలేరు. మీ స్వభావం మంచిది కాకపోతే దెబ్బలాటకు దారి తీస్తుంది. కానీ అలా కాకుండా, మీ ఆలోచనలనూ, మాటలనూ పట్టుకొని వేలాడటం బదులు మీతో మీరు "కొంచెం ఆగు! నేను అతనెందుకు అలా చెప్పాడో అర్థం చేసుకోవటానికి ప్రయత్నిస్తాను. అవును, అతనలా ఎందు కన్నాడూ" అని చెప్పుకో గలిగితే, మనసును ఏకాగ్రం చేసి 'ఎందుకు? ఎందుకు? ఎందుకు?' అని ప్రశ్నించుకుంటూ అలా నిలబడతారు, ప్రయత్నిస్తుంటారు. మీ ఎదుటి వ్యక్తి మాట్లాడుతూనే ఉంటాడు కదా. అతను కూడా చాలా ఆనందంగా ఉంటాడు, ఎందుకంటే మీ రతనిని ఏ మాత్రం వ్యతిరేకించటం లేదు కాబట్టి! అతను అనర్గళంగా మాట్లాడేసి మిమ్మల్ని తప్పకుండా ఒప్పించ గలిగానని నమ్ముతాడు. అప్పుడు అతను చెప్పేది మీరు మరింత ఏకాగ్రంగా వింటారు. అతని మాటల ద్వారా క్రమంగా అతని మానసిక పరిధుల్లోకి చేరుకుంటారు. మీరు అతని మస్తిష్కం లోకి ప్రవేశించిన వెంటనే అతని ఆలోచనా విధానం లోకి అడుగిడతారు. ఆ తరువాత, ఊహించుకోండి, అతను అలా ఎందుకు మాట్లాడుతున్నాడో మీకు అర్థం అవుతుంది. మీకు చురుకైన మేధాశక్తి ఉంటే మీకు అంతకు ముందు తెలిసిన దానికి, మీరు అర్థం చేసుకున్న దానిని జత చేసినపుడు మీకు రెండు మార్గాలు కనిపిస్తాయి. ఆ రెండింటికి ఏకాభిప్రాయ

మగు సత్యాన్ని కనుగొన గలుగుతారు. ఇప్పుడు మీరు నిజంగా ప్రగతిని సాధించారు. మీ ఆలోచనలను విశాల పరచు కోవాటానికి యిదొక ఉత్తమ మయిన మార్గం.

మీ రొక వాగ్వివాదం లోకి దిగడానికి ప్రారంభించా లనుకుంటే తక్షణం మౌనం పాటించండి. మీరు నిశ్శబ్దంగా ఉండాలి. ఏమీ మాట్లాడ కూడదు. ఎదుటి వ్యక్తి ఆ విషయాన్ని ఎలా చూస్తున్నాడో గ్రహించే ప్రయత్నం చేయండి. మీరా విషయాన్ని చూసే విధానం మరచిపోరు. ఏ మాత్రం మరచిపోరు! కానీ మీరా రెంటినీ జత కూర్చి చూడ గలుగుతారు. ఇక మీరు నిజంగానే ప్రగతి చెందారు. నిజమయిన ప్రగతి.

CWM 5;220-21

అనవసరంగా విమర్శించట మనేది ఒక దురలవాటు, తప్పు పట్టటం, ఎదుటి వారిని ఖండించటం (తరచుగా తప్పుడు మార్గంలో). అది ఇరు వైపుల వారికీ చెడు వాతావరణాన్ని ఏర్పరుస్తుంది. ఈ దురుసుతనం, దృఢమైన నమ్మకంతో ఖండించటం ఎందుకు? ప్రతి మనిషికీ అతనికుండే లోపాలు అతని కుండవా? ఎదుటివారిలో తప్పు లెన్నటానికి, వాళ్ళని ఖండించటానికి అంత ఆతృత ఎందుకు? కొన్ని సార్లు ఆలోచించాల్సి వస్తుంది, కానీ అది తొందరపాటుతో, తప్పులు వెదికే ధోరణిలో చేయకూడదు.

CWSA 31:351

ఎదుటి వారు చేసే దానిని ఎప్పుడూ చాలా తీవ్రంగా విమర్శించ గలుగుతారందరూ. నేర్పుతో తాము ఆ పొరపాట్లు చేయడం, తాము స్వయంగా తప్పించుకోకుండా మీరు ఇలా చేయాలి, అది చేయకూడదు అని చెప్పుకుంటారు. తరచుగా తమలో తాము తెలుసుకో లేని దోషాలను యితరులలో తేలికగా ఎత్తి చూపుతారు. మానవ మనస్సు తనను గురించిన ఎరుకను కలిగి ఉండడం అవసరం. అందుకే యోగంలో వ్యక్తి తనలో ఏముందోచూసి, తెలుసుకొని దానిని గురించిన ఎరుకను పెంచుకోవాలి.

CWSA 31:351

ఒక స్థితిలో మిమ్మల్ని సాధారణ జీవన స్థాయిలో తప్పనిసరిగా ఉంచగలిగే సంభాషణలు శిరోవేదనను కలిగిస్తాయి, కడుపులో అలజడి కలిగిస్తాయి. అది కొన సాగితే మీకు జ్వరం గూడా రావచ్చు. నేను ఉబుసుపోని కబుర్ల గురించి చెప్తున్నాను. ఏదో కొంతమంది తప్ప చాలామంది యిటువంటి సంభాషణలలో ఆసక్తి చూపి

మౌనంగా ఉండవలసిన చోట, ఇతర విషయాల గురించి అనవసరంగా మాట్లాడుతూ ఉంటారు. లేదా ఎంత స్వాభావికం అవుతుందంటే మీకు దాని వలన ఏమి యిబ్బంది కలగదు. కానీ యిలానే కొనసాగితే మీ చేతన ఎదగటం పూర్తిగా ఆగి పోతుంది. మిమ్మల్ని మీరు యినుప సంకెళ్ళతో సాధారణ చేతనలో బంధించు కుంటారు, అవచేతనలో జరగవలసిన శుద్ధి కార్యం జరగదు, కనీసం ప్రారంభం కాదు. ఊర్థ్వ గతిలో పురోగమించా లనుకునే వారికి ముందుగానే సరిపడినన్ని ఆటంకా లున్నాయి, బయటనుండి ప్రొత్సాహం కోసం చూడకుండానే.

CWSA 4:152-53

నిన్ను నిమ్న స్థాయికి దిగజారమని, తనతోపాటు తెలివి తక్కువ పనులు చేయమని లేక తనతోపాటు చెడుమార్గంలో పడమని, నువ్వు చేసే దుష్కర్మలను పొగిడేవాడిని నిజమైన స్నేహితుడు కాదనేది స్పష్టంగా తెలుస్తుంది కదా. నిజంగా నువ్వెప్పుడూ నీకన్నా తెలివైన వాళ్ళను, ఎవరి సాహచర్యంలో నువ్వు ఆత్మ సంయమనాన్ని సాధించి ప్రగతి చెందగలవో, ఎవరు మరింత ఉన్నతంగా నీ నడవడిని తీర్చి దిద్ద గలరో, మరింత స్పష్టమైన అవగాహన కలిగించ గలరో, అటువంటి వారి సాహచర్యాన్ని ఎన్నుకోవాలి.

CWM 9:56- 57

ఎదుటివారితో మరీ సన్నిహితంగా మెలగటం వలన వారు సరియైన దృక్పథాన్ని కలిగి ఉండనపుడు, ప్రాణిక చేతనలో నివసించే వారయినపుడు క్రింద స్థాయికి దిగ జారడం జరుగుతుంది. నీ కెన్ని సంబంధా లున్నప్పటికీ నువ్వు నీ అంతరంగంలో ఉండటం అలవరచుకోవాలి, నిష్పక్షపాత వైఖరి నవలంబించాలి. పనిలో తలెత్తే కష్టాలవల్ల గానీ, వ్యక్తుల నడవడి వలన కలిగే సమస్యల వలన గానీ యిబ్బంది పడ కుండా నిన్ను నువ్వు సరియైన మార్గంలో ఉంచుకో గలగాలి.

CWSA 31: 325

ఎవరు ఏమన్నా గానీ, ఏమి చేసినా గానీ లేక బాహ్యవిషయాల వలన ఆనందం లేక దుఃఖం, సుఖం లేక కష్టం కలిగినా అలజడి చెందకూడదు.

CWSA 31: 335

ఒకవేళ నిన్నెవరైనా అవమానించా రనుకో, ఈ అవమానాలను నువ్వు ఎదుర్కో గలిగితే, నీవు నిశ్చలంగా నుండగలవు. (కేవలం బయటకు మాత్రమే కాదు, సమగ్రంగా

అని నా భావం) ఏ విధంగానూ చలించకుండా, వాటి ప్రభావానికి లోను గాకుండా ఉండ గలగాలి. వ్యతిరేకంగా ఎవరూ ఏమి చేయలేని ఒక శక్తిలా అచ్చట నిలుచోవాలి. సమాధానం యివ్వకుండా, కదలిక లేకుండా, ఒక్కమాటైనా మాట్లాడకుండా. అప్పుడు నీమీదకు ప్రయోగించబడిన అవమానాలన్నీ నిన్ను ఏమాత్రం అంతరంగంగానూ, బాహ్యంగానూ ప్రభావితం చేయకుండా వెళ్ళిపోతాయి. నీ హృదయ స్పందనలను ప్రశాంతంగా ఉంచుకో గలవు. నీ మస్తిష్కంలోని ఆలోచనలను నిశ్చలంగా, ప్రశాంతంగా, ఏమాత్రం అలజడి లేకుండా ఉంచుకోగలవు, అనగా నీ మేధ అదే విధమయిన ప్రకంపనలతో వెంటనే సమాధానం యివ్వదు, నీ నరాలు తమను తాము ఉపశమింప

మనం యింకా సరిక్రొత్తగా సాధించ వలసిన దేమిటి?

దివ్య ప్రేమ: ఎందుకంటే, మనం ఇంతవరకు కేవలం ద్వేషాన్ని, స్వోత్కర్షను మాత్రమే సాధించాము.

దివ్యజ్ఞానం: ఎందుకనగా మన మింతవరకు పొరపాటును, గ్రహణశక్తిని, ఊహాకల్పనను మాత్రమే సాధించాము.

బ్రహ్మానందం : ఎందుకనగా మన మింతవరకు సుఖానుభూతిని, బాధను, ఉదాసీనతను మాత్రమే సాధించాం.

దివ్యశక్తి: ఎందుకనగా ఇంతవరకు మనం బలహీనతను కృషిని, భంగ పరచబడిన విజయాన్ని మాత్రమే సాధించాం.

దివ్యజీవనం: ఎందుకనగా ఇంత వరకూ మనం జన్మించటం, ఎదగటం మరణించటం మాత్రమే సాధించాం.

దైవిక సంయోగం: ఇంతవరకు మనం పోరాటాన్ని, సన్నిహితత్వాన్ని మాత్రమే సాధించాం.

ఒక్కమాటలో చెప్పాలంటే దివ్యత్వాన్ని సాధించాలి, భగవత్స్వరూపులుగా మనలను మనం తీర్చిదిద్దుకోవాలి

CWSA 13: 200-01 శ్రీఅరవిందులు

అనువాదం: ఢా. సరోజాప్రసాద్

చేసుకొనుటకు తిరిగి దెబ్బ తీయవలసిన అవసరం ఉండదు. నువ్వలా ఉండగలిగితే నీలో ఒక సుస్థిర శక్తి నెలకొంటుంది. ఆ శక్తి అవమానాన్ని అవమానంతో ఆందోళనను ఆందోళనతో దెబ్బని ఎదురుదెబ్బతో సమధానం చెప్పగల శక్తి కన్నా అనంత శక్తి వంత మైనదిగా నుంటుంది.

CWSA 4: 368-69 అనువాదం: డా. సరోజ్యాప్రసాద్

బాధపడడం

శత్రుత్వం వల్లగానీ, పాపంవల్లగానీ శిక్షగా బాధ విధించబడుతుంది అనే ఆలోచన తప్పు. జీవితంలో భాగంగా సంతోషం ,అదృష్టం వచ్చినట్టే అజ్ఞాన జీవితంలో భాగంగా బాధ కూడా తప్పనిసరిగా వస్తుంది. ద్వంద్వాలైన ఆనందం, బాధ, సంతోషం, దుఃఖం, అదృష్టం, దురదృష్టం అన్నీ అజ్ఞానం యొక్క అనివార్య ఫలితాలు. ఇవి మనల్ని దైవం నుండి, నిజ చైతన్యం నుండి వేరు చేస్తాయి. వీటి వైపు తిరిగి చేరడం ద్వారా మాత్రమే బాధను వదిలించుకోగలం. గత జన్మల కర్మ ఉంటుంది. ఇప్పుడు జరుగు తున్న దానిలో అధిక భాగం దాని కారణంగానే జరుగుతుంది, కాని అంతా కాదు. మన స్వయంకృషి వల్ల, చైతన్యం వల్ల, ప్రయత్నాల వల్ల మన కర్మను మనం సరి దిద్దుకోగలం. నిప్పుతో ఆడితే కాలడం ఎంత సహజమో, అలాగే మనం చేసిన పాత తప్పుల వల్ల బాధ పడడం అంత సహజం. అంతే గాని అది శిక్ష కాదు. ఇది అనుభవంలో ఒక భాగం. దీని వల్ల అంతరాత్మ దాని పనిముట్ల ద్వారా, దైవం వైపు మరలే వరకు, ఎంతో నేర్చుకుని ఎదుగుతుంది.

CWSA 31:670

అస్తిత్వానికి తగిలే తాకిడులను, తత్ఫలితంగా కలిగే కుంచించుకపోవడం, తరిగి పోవడం లాంటి దుష్ఫలితాలను మనలోని చేతనా శక్తి దీటుగా ఎదుర్కోలేక పోవడంతో బాధ కలుగుతుంది. అందుకు మూల కారణం మన అవగాహనా లోపంతో ఏర్పడిన అహంకారం ఆత్మశక్తిని పరిమితం చేయడంతో గ్రహణ శక్తిలోను, స్వాధీనపరచుకొనే సమర్థతలోను అసమత్వం ఏర్పడుతుంది. బాధను నిర్మూలించి ముందుగా జుగుప్సకు (అసహనం, రోత) బదులుగా తితీక్ష (ఓర్పు) వహించాలి, అనగా తాకిడులతో కుంచించుక పోవుటకు, కరిగి పోవుటకు మారు వాటిని ఓర్చుకొని



స్వచ్ఛమైన ఆధ్యాత్మిక చెలమలందు
పొంగిన ప్రగాఢమగు దివ్యప్రేమ
అజ్ఞానపు అగాధాల పరితాపాన్ని పరిహరించింది.
అమరమైన హాసమందు అంతమొందింది సంతాపం.

CWSA 33:314 శ్రీఅరవిందులు

అనువాదం: అందుగులపాటి కైలాసపతి

జయించాలి. ఇట్టి ఓర్పుం, విజయాలతో మనం సమత్వం సాధించగలం. అట్టి సమత్వం రెండు విధాలుగా ఏర్పడవచ్చు. తాకిడులను లక్ష్యపెట్టక పోవడం లేక వాటిని సంతోషంగా స్వీకరించడం. ఈ సమత్వం తిరిగి ఆనందాన్ని, బాధను సంతోషంగా స్వీకరించగలిగే అహం చేతన స్థానే చోటు చేసుకొనే సంపూర్ణ దివ్యానందమయ సచ్చిదానంద చేతన మూలంలో దృఢంగా స్థిరపడాలి.

CWSA 22:117

ప్రధానంగా ఉపరితల సత్తాలో తగినంత చైతన్యశక్తి లేకపోవడం ఫలితంగా వేదన, బాధపడడం సంభవిస్తుంది. దీనివల్లే ఉపరితల సత్తా, ఆత్మ తోను, ప్రకృతితోను సవ్యంగా వ్యవహరించలేక పోతుంది, లేక తాను స్వయంగా విశ్వవ్యాప్తమైన దైవశక్తితో ఇమడ లేక పోతుంది, సంబంధాలతో సామరస్యం సాధించలేకపోతుంది. సమగ్ర సత్తా యొక్క దైవశక్తి, ప్రకాశవంతమైన దివ్యచేతనాశక్తి మనలో సాక్షాత్కరించినపుడు వీటికి ఉనికి వుండదు.

CWSA 22:622

బాధ పడటానికి మొదటి కారణం అజ్ఞానం, అవిద్య. రెండవ కారణం దైవసత్తా, దైవచైతన్యం నుండి వ్యక్తిగత చైతన్యం వేరుపడటం. ఇది అవిద్య, అజ్ఞానములచే ఏర్పడ్డ వేర్పాటు భావం. ఎప్పుడు ఈ వేర్పాటు భావం పోతుందో, ఎప్పుడు వ్యక్తి పూర్తిగా దైవంలో వసిస్తాడో, ఎప్పుడు వ్యక్తి ఇంకెంతమాత్రం తన అల్పమైన ఆత్మలో వసించడం మానుతాడో అప్పుడే వేదన, బాధ పడడం ఆగిపోతాయి.

CWSA 28: 5-527

శ్రీఅరవిందులు

వేర్పాటు భావన వలననే వేదన, బాధపడడం, దైన్యం, అజ్ఞానం, అన్ని అసమర్థతలు సంభవిస్తాయి. పరిపూర్ణ ఆత్మార్పణ, అట్టి భావనలో తనను తాను మర్చిపోవడం వల్లే బాధ అదృశ్యమౌతుంది. దానికి బదులుగా ఏదీ మరుగు పరచలేని ఆనందం వస్తుంది.

ఈ ఆనందం ప్రపంచంలో స్థిర పడ్డాక మాత్రమే అందులో నిజమైన పరివర్తన సరి కొత్త జీవితం, కొత్త సృష్టి, కొత్త అనుభవాలు ఏర్పడుతాయి. దీనికి మొదట ఆనందం చైతన్యంలో స్థిరపడాలి. తరువాతే భౌతిక పరివర్తన చోటు చేసుకుంటుంది. అంతకుముందు కాదు.

నిజం చెప్పాలంటే, ఈ ప్రపంచంలో ప్రతికూలత మూలంగానే బాధపడడం ఏర్పడింది. ఆనందమే దీనిని తుడిచి పెట్టగలదు, ఇంకేమీ కాదు. ఆనందం మాత్రమే తప్పకుండా, చివరిగా తుడిచి పెట్టగలదు.

సృష్టికి కారణం దివ్యానందమే. సాధించేది దివ్యానందమే.

దేనిని సాధారణంగా మనుషులు ఆనంద మంటారో దానిని గూర్చి కాదు నేను చెప్పేది. ఇది గమనించండి. వ్యంగ్యంగా చిత్రీకరించడం, వ్రాయడం కూడా కాదు ఆనందం అంటే. ఇవన్నీ హానికరమైన కల్పనలు. ఇవి తప్పుదారి పట్టిస్తాయి. మరుపు, విముఖత్వం, బాహ్య విషయాలవల్ల వచ్చే సంతోషం ఇందుకు కారణం. నేను ఒక పరిపూర్ణ ప్రశాంతమైన ఆనందం గురించి, నీడలేని వెలుగు గురించి సామరస్యం గురించి, పరిపూర్ణ సౌందర్యం గురించి, ఆపలేని శక్తిని గురించి మాట్లాడుతున్నాను. ఈ ఆనందం స్వయంగా దైవం యొక్క ఉనికి, దైవ సంకల్పం, దైవ సాక్షాత్కారం.

CWSA 7: 396-97 శ్రీమాత

అనువాదం: యస్. వై. సోమయాజులు

బాధపడడం, బాధను వాంఛించడం, దానిని ఆనందంగా అనుభవించే లక్షణ మేదైతే, నీలో ఉన్నదో అది మానవ ప్రాణికంలో భాగం. ఇటువంటి విషయాలనే మనం కపటమని, ప్రాణికం వక్రీకరించి మెలిక వేసే లక్షణమని అంటాం. అది విచారానికి, కష్టానికి వ్యతిరేకంగా నిరసనను ప్రకటిస్తుంది. దైవాన్ని, జీవితాన్ని మిగిలిన ప్రతిదానిని తనకు వేదన కలిగిస్తున్నదని నేరారోపణ చేస్తుంది. కానీ చాలావరకు విచారము, కష్టము, సంభవించడానికి, నిలువడానికి కారణం ప్రాణికంలోని వక్ర లక్షణమేదైతే వాటిని వాంఛిస్తుందో, అది! ప్రాణికంలోని ఈ మూలకం సంపూర్ణంగా విసర్జించబడాలి.

*

అవును, అది ఆ విధంగానే వుంటుంది. (మనుషులు దైవానికి ఉన్ముఖులు కాకుండా తమంతట తాము బాధను, దుఃఖాన్ని పరోక్షంగా ఎన్నుకుంటారు) అదీగాక, జీవితంలో బాధ లేకపోతే, ప్రాణిక చేతనలోని ఏదో ఒక పార్శ్వం జీవితం సాఫీగా సాగుతున్నదనే అనుభూతిని పొందలేదు. భయం చెందేది, ఏవగించుకొనేది, భౌతికం. కానీ ప్రాణికం

వాటిని కేళీ విలాసంలో భాగంగా స్వీకరిస్తుంది.

*

జీవిత నాటకాన్ని ఆనందంగా అనుభవించేది. ప్రాణికం. దుఃఖించడంలో, బాధ చెందడంలో కూడా అది ఆనందం పొందుతుంది. అది కృంగుబాటు వలన కలిగే పరివర్తన, విముఖత కాదు, అంగీకార సూచన. ప్రాణికంలో కూడా విముఖత ప్రదర్శించే చిత్త వృత్తులుండటం కద్దు. వాటిల్లో అది ఆనందం పొందుతుంది. ఏ భాగమైతే బాధపడటాన్ని సహించదో, బాధను తప్పించుకోవడంలో సంతోష పడుతుందో, అది భౌతిక చేతన. అయితే, దానిని ప్రాణికం సదా ఎగదోస్తుండటం వలన అది తప్పించుకోలేక పోతుంది.

*

విముఖత ప్రదర్శించటడానికి, కృంగుబాటును అంగీకరించటానికి కారణం రాజసిక తమోగుణ ప్రధానమైన ప్రాణిక అహంకారం. ఇక్కడ, విముఖతకు ప్రబలమైన కారణం రజోగుణం. కృంగుబాటుకు ప్రబలమైన కారణం తమోగుణం.

*

అన్ని రకాల నిట్టూర్పుల్లో, రోదనల్లో, విచారాల్లో, బాధల్లో ఆనందం పొందేది ప్రాణికం లేదా దానిలోని ఏదో ఒక పార్శ్వం కానీ అంతరాత్మ కాదు.

*

బాహ్యంలో ప్రకటితమయ్యే స్వభావం కాదు, నిట్టూర్పులో, రోదనలో ఆనందం పొందేది. అంతరంగంలోని దేదో "నవ్వు లొలక బోసే, కన్నీళ్ళు కార్చే," సంతోషం మరియు విచారం, ఆహ్లాదం మరియు ఆవేదన. ఒక్కమాటలో చెప్పాలంటే, అజ్ఞాన పూర్వకమైన లీలా విలాసాన్ని ఆనందంగా అనుభవించేది. కొందరిలో ఇది కొంత మేర పైకి ప్రకటిత మౌతుంది. చాలామంది జీవితంలో బాధను లుప్తం గావించే విషయాన్ని వారికి ప్రతిపాదిస్తే, ప్రశ్నార్థకంగా చూస్తారు; జీవితంలో కేవలం సంతోషం, దివ్యానందం, ప్రశాంతత తప్ప మరేమీ లేకపోతే విసుగు పుట్టించేదిగా నుంటుందని భావిస్తారు. అనేకులు అలా చెప్పారు కూడా.

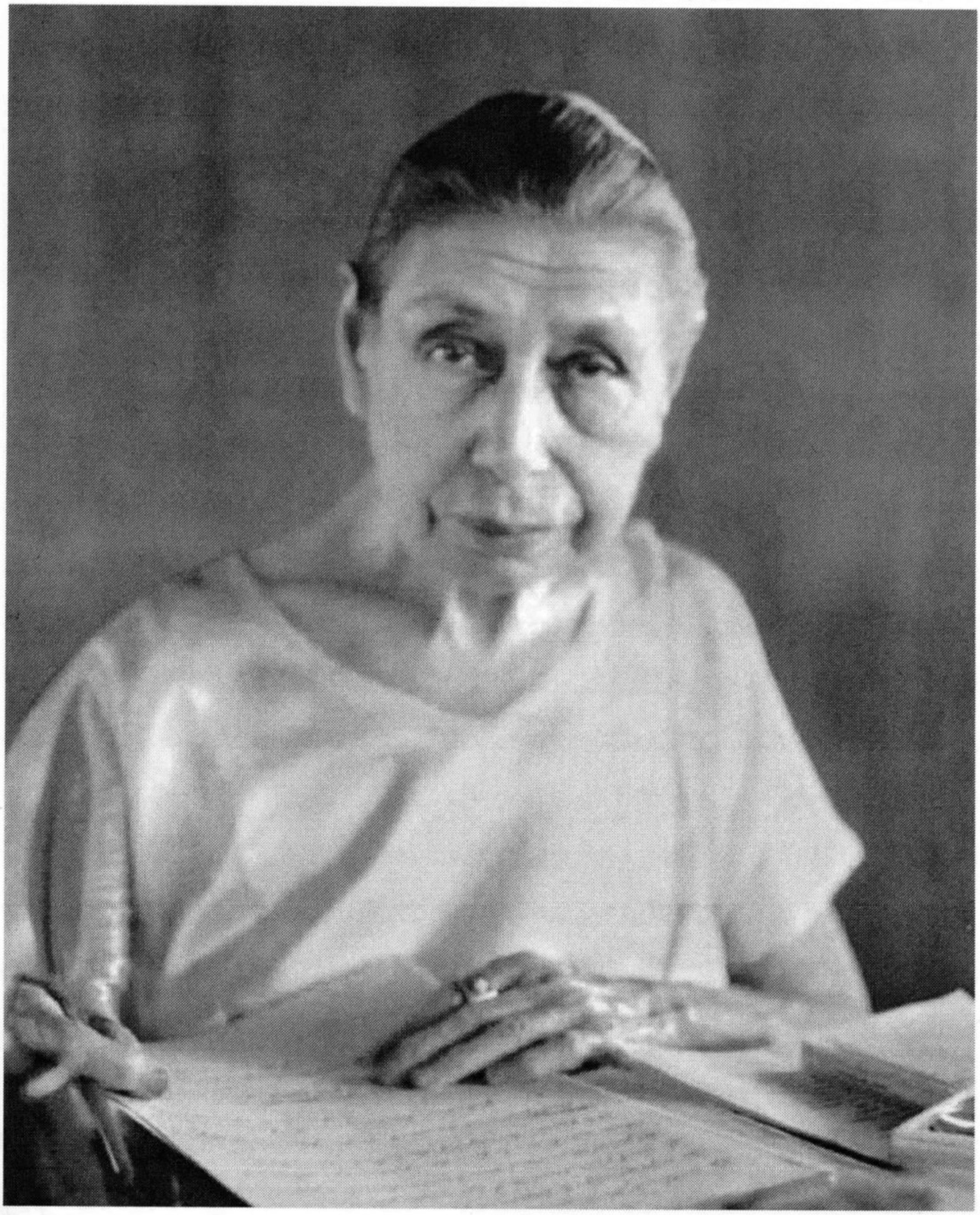
CWSA 31:178

మనిషికున్న మేధ మరియు తార్కిక గుణాల కారణంగా అతనిలో ఆలోచించ గలిగే మనస్సు లేక బుద్ధి, అసంపూర్ణంగానైనా శక్తిమంతమై వుంటుంది. అది మేధ,

మరియు తార్కిక నియమానుసారంగా, తాను ఆ నియమాల్ని అర్థం చేసుకోగలిగిన విధంగా తాను నడచుకొనుటకు లేక ఇతరులను కూడా ఆ విధంగా వర్తింపచేయుటకు ప్రయత్నిస్తుంది. అందుకు భిన్నంగా ప్రాణికం కోరికలకు, మనోభావాలకు, తీవ్రప్రేరణ లకు, భావోద్రేకాలకు, సంవేదనలకు, జీవిత సాఫల్య ప్రయత్నాలను స్వంతం చేసు కోవాలి, అనుభవించాలి, అనే వాంఛలకు సంబంధించినది. అవే దాని కార్యాచరణ, దాని స్వభావం. మనలోని ఈ పార్శ్వమే. జీవిత సుఖాలకై వెంపర్లాడుతుంది, దాని కదలికలపై దృష్టి సారిస్తుంది. ఈ ప్రయత్నమంతా కేవలం వాటి అనుభూతిని పొందాలనే. సంతోషాన్ని మాత్రమే కాదు, అంతకు మించిన దానినే కాక, బాధను సైతం కలగ జేసినా అది వాటిపై పట్టు వదలడానికి ఇష్టపడదు. జీవిత నాటకంలో భా గంగా, యదేష్టంగా బాధను భరించ గలిగే, కన్నీరు కార్చ గలిగే సత్తా కలిగి వుం టుంది. అలాంటప్పుడు ఆలోచించ గలిగే మేధాశక్తికి, ప్రాణికానికి మధ్య సమానమైన ఆమోదయోగ్యమైన లక్షణ మేముంటుంది? ప్రాణికం మేధాశక్తికి ఎందుకు విధేయత కలిగి వుండాలి? తన స్వీయ ప్రవృత్తిని ఎందుకు అనుసరించదు? అనుసరించక పోవడం అనేది అగస్టీన్ సూచించినట్లుగా అర్థంకాక పోవడానికి బదులు అతి సహజమైన దిగా నుంటుంది.

CWSA 28:175 శ్రీఅరవిందులు

ఎవరైతే హృదయపూర్వకంగా దైవానికి విధేయులై వుంటారో, ఎవరు నిజంగా సాధనాస్ఫూర్తితో జీవిస్తారో, వారి చేతనను, ధ్యేయాన్ని, దైవంపై, దైవకార్యాచరణపై కచ్చితంగా నిలుపుతారో వారికి మాత్రమే దైవం రక్షణ కల్పించగలదు. ఉదాహరణకు, కోరికలు కలిగి వుండటం, వారివారి ఇష్టాఇష్టాలపై సౌలభ్యత ప్రాధాన్యత చూపడం, నాటకీయమైన మోసపూరితమైన, కదలికలపై మక్కువ చూపడం లాంటివన్నీ దైవరక్షణ పొందటంలో అతి పెద్ద అడ్డంకులుగా నిలుస్తాయి. ఒకవేళ నీవు నీ సంకల్పాన్ని దైవంపై విధించటానికి ప్రయత్నిస్తే, అది నీపై నీవు ఒక విస్ఫోటక గోళాన్ని పడేసు కున్నట్లుగా నుంటుంది. కచ్చితంగా విషయాలు ఈ విధంగానే జరుగుతాయని నేను అనను, కానీ మనుషులు ఎరుక కలిగి, జాగరూకులుగా నుండకపోతే, నిజమైన ఆధ్యాత్మిక ఆసక్తిపరుడికి నుండవలసిన స్ఫూర్తితో మెలగక పోతే, ఆ విధంగా జరిగే అవకాశం మెండుగా నుంటుంది. బయటిప్రపంచంలో లాగానే లోపల మానసిక వాతావరణం కూడా వున్నట్లయితే, అందులో ప్రమాదకారకమైన, బాధను కలిగించే,



సర్వనాశనం చేసేటటువంటి విషమ పరీక్షలను రూపొందిస్తున్న ఆసురిక శక్తుల దాడి నుండి రక్షణ కల్పించే దృఢమైన అడ్డుగోడను నిర్మించే అవకాశం వుండదు.

CWSA 13:121

శ్రీమాత

అనువాదం: అందుగులపాటి కైలాసపతి

సూచనలతో, శక్తులతో, నిరంతరం ఘర్షణ పడే స్థితికి అలవాటు పడకూడదు. మనుషులు అతి సులువుగా ఇందులో పడి, ఒక అలవాటుగా చేసుకుంటారు. 'ప్రాణిక పార్శ్వం' నా పై దాడి జరిగింది, అధిక భారం మోప బడింది, బాధ కలిగింది, దుఃఖితుడనైనాను, నా గతి ఎంత విషాదకరమయింది! ఓ భగవాన్! నీ వెందుకు సహాయపడవు? సహాయం లేదు, దైవకృప కూడా లేదు? నేను నా దౌర్భాగ్యానికి, నా పతనానికి వదిలి వేయబడ్డాను. వగైరా వగైరా అని కేకలేస్తూ, ఒక విధమైన ఉత్తేజిత సంతృప్తిని పొందుతుంది. ఇంకొక సాధకుడు ఈ స్థితికి దిగజారాలని నేను కోరను. అందుకని పిలుపు నిస్తున్నాను. 'ఆగు,' అని — ఈ విధమైన ఎడతెగని పోరాటంలో చిక్కుకునే ముందు. ఈ శక్తులు కోరేది ఇదే, దిక్కులేని ఓటమి పాలైన, తలకు మించిన భారం మోప బడిన దౌర్భాగ్యపు అనుభూతిని నీకు కలిగించడం. నీవు దానిని అనుమతించ కూడదు.

CWSA 29: 80

అనువాదం: అందుగులపాటి కైలాసపతి

జీవితం అస్థిరంగా నున్నప్పుడు

జీవితం స్థిరంగా సాగనప్పుడు, అనగా, నీలో ఏమి జరుగుతున్నదో నీకు తెలియనప్పుడు, నీలో కొన్ని అస్పష్ట భావనలు ఏర్పడినప్పుడు, నిన్ను నీవు ప్రశ్నించుకుంటే "నే నెందుకలా ఆలోచించాను? నా కెందు కలాంటి అనుభూతి కలిగింది? నేనెందు కలా చేసాను?". అప్పుడు సాధారణంగా, నూటికి తొంభై తొమ్మిది సార్లు, అన్ని వేళల్లో వచ్చే సమాధానం ఒక్కటే – "నాకు తెలియదు, అది అలా వచ్చింది, అంతే".

చెప్పాలంటే, నీవు ఏ మాత్రం కూడా ఎరుక కలిగి లేవన్న మాట.

నీవు ఇతరులతోనున్నప్పుడు, నీ నుండి ఏమి వస్తున్నది, ఇతరులనుండి ఏమి వస్తున్నది, గ్రహించ గలుగుతున్నావా? ఎంతమేరకు వారి అస్తిత్వవిధానం, వారి ప్రత్యేక లక్షణం నీ పైన పనిచేస్తున్నది? దానిని గురించి నీకే మాత్రం ఎరుక లేదు. నీవు "ఇంతో, అంతో", లాంటి చైతన్యంలోనే వున్నావు. సగం మెలుకువగా, సగం నిద్రావస్థలో, ఒక విధమైన అస్పష్ట ధోరణిలో, విషయాలను పట్టుకొనడానికి తడబడుతున్నావు. కానీ నీలో ఏమి జరుగుతున్నదో, ఎందుకు జరుగుతున్నదో అనే దానిపై స్పష్టమైన అవగాహన వున్నదా? నీలో నుండి వచ్చే ప్రేరణల గురించి అవగాహన వున్నదా? అది నీ ఆలోచనా సరళిని మారుస్తాయా? నీ వొక విధమైన మసక బారిన అస్థిర జీవనంలో వున్నావు. కొన్ని చిన్న పరిణామాలు నీ చేతనలో ఘనీభవించినప్పుడు, వాటిని క్షణమాత్రం పట్టుకోగలుగుతావు. అవి లిప్తమాత్రం తెర మీద బొమ్మ కనపించినంత స్పష్టంగా నుండి, మరు క్షణం అస్పష్టం, అసమగ్రం అవుతాయి. కానీ అది నీకు తెలియదు. ఎందుకనగా కనీసం నిన్ను నీవు ప్రశ్నించుకోలేదు గనుక, నీ జీవన విధానంలో అలా వుంది గనుక. అది ఇక్కడ ఆగిపోతుంది, ఇక్కడే ప్రారంభమవుతుంది, ఇక్కడే ముగుస్తుంది. అంతే. నీవు ప్రతి రోజు ,ప్రతి నిముషం, చేయవలసిన పనులను చేస్తుంటావు. ఆ విధంగానే అన్ని పనులు జరుగుతూ వుంటాయి.

అది వస్తుంది, అది వస్తుంది. తప్పకుండా వస్తుంది. నేను నిన్ను అలా వదిలేది

లేదు.... నిన్ను కొద్దిగా కదిలిస్తాను. అందుకు అవసరమైన దాన్ని నేను చేస్తాను. అక్కడ వున్నాం మనం.

CWM 6: 336 శ్రీమాత

అనువాదం: జి.వి. ఎస్. వి. ప్రసాదరావు

అహమే అడ్డంకి

అహం దాని పీఠం నుండి క్రిందకు దిగటానికి ఇష్టపడకపోవడం వలననే అన్ని అనర్థాలు సంభవిస్తున్నాయి.

*

జరిగేదంతా మనకు ఓకే పాఠాన్ని నేర్పుతుంది. అహాన్ని వదిలించుకో లేకపోవడం వలననే మనకు ఇతరులకు శాంతి లేకుండా పోయిందని. అహం లేకపోతే జీవితం అత్యద్భుతంగా వుంటుంది.

*

అహం మనతో ఆడుకోవడం వలన వైషమ్యాలు జీవిస్తూ వుంటాయి. ఇట్టి చాంచల్యానికి మన ప్రాణికం అవకాశం ఇవ్వకపోతే జీవితంలో అంతా స్థిరంగా వుంటుంది, నాటకీయత ఉండదు.

*

నీకు వచ్చిన కష్టాలను బట్టి నీలో ఎంత అహం వుందో తెలుసుకోవచ్చు!

*

ప్ర: దివ్యమాతా, నా అహం నా మార్గాన్ని ఒక భూతంలా అడ్డగిస్తున్నది. నేను దాన్ని దాటి ముందుకు పోలేకుండా ఉన్నాను. నేను దాన్ని ఎలా జయించాలి?

స: "దానిని లేక్క చేయకు. ముందుకు సాగిపో."

*

అహాన్ని దాటటం అంత సులభం కాదు. భౌతిక చేతనలో దాన్ని దాటగలిగినా అది ద్విగుణీకృతమై ఆధ్యాత్మికంలో మళ్ళీ ఎదురౌతుంది.

CWSA14: 257-58

ఏ మాత్రమైన బాధ గాని, ఇబ్బంది గాని నీకు ఎదురైనా నీలోని అహం నీ అస్తిత్వపు వాకిలిని బార్లా తెరిచి నిస్సిగ్గుగా దుష్టశక్తులను లోనికి ఆహ్వానిస్తుంది. పవిత్రమైన, అందమైన, ముఖ్యంగా నీ అంతరాత్మ ఆకాంక్ష దైవకృప అందించే సహాయం పైన బురద, పంకిలం చల్లుతుంది. నీ లోని పవిత్రతను, నీ పనిలోని చక్కదనాన్ని కలుషితం చేస్తుంది.

దీన్ని ఇలాగే కొనసాగనిస్తే అది సర్వ నాశనం జరిగినదాకా ఆగదు. దీన్ని అంతం చెయ్యాలంటే బలమైన విధానాలు అనుసరించాలి. నీలోని ఆత్మ మేల్కొని అహంపై నీవు తలపెట్టిన యుద్ధంలో నీకు పూర్తిగా తోడ్పడాలి. దాని వలన తెరువబడిన అస్తిత్వపు ద్వారాన్ని మూసి వేయటం జరగాలి. అప్పుడే దుష్ట శక్తులు నీలో ప్రవేశించటం ఆగిపోతుంది.

CWSA 15: 23

*

అహంలో జీవిస్తూ, అహం కోసమే బ్రతుకుతూ, దాన్నే తృప్తి పరచాలనుకునే వాడు ఒక పనికి మాలిన మూర్ఖుడు. అహం మీద నీవు పైచేయి సాధిస్తేనే లక్ష్యాన్ని చేరుకోవాలనే నీ ఆశ నెరవేరుతుంది. అహం నీలో ఉండటానికి నీ చేతనలో అవకాశం లేకుండా చేయగలిగితే నీ లక్ష్యాన్ని చేరటానికి బలం చేకూరుతుంది.

*

ఒక్కొక్కసారి 'అహం' లేకుండా వ్యక్తికి చేతన ఏర్పడదేమో అనే సందేహం వస్తుంది. కాని 'అహం' రాగానే దానితోపాటే అన్ని అడ్డంకులు, బాధలు, కష్టాలు కూడా వచ్చి పడతాయి. అవి దివ్యత్వ సాధనలో వ్యతిరేకంగా పనిచేసే శక్తులు. కాని ఇంకోవిధంగా చూస్తే, ఇట్లాంటి వ్యతిరేక శక్తులే సాధనకు బలం చేకూరుస్తాయి. అంతర్గత పరిశుద్ధతను పెంచి 'అహం' అడ్డురాకుండా చేసుకొనే బలాన్ని అవే చేకూరుస్తాయి. ఈ దుష్టశక్తుల ఫలితంగానే 'అహం' రూపు దిద్దుకుంటుంది. ఈ శక్తులు కొనసాగడం వల్లనే 'అహం బలపడుతుంది.' 'అహం' పోయినప్పుడే దానితో పాటు వ్యతిరేక శక్తులు కనుమరుగౌతాయి. ఇక అవి ప్రపంచంలో లేకుండా పోతాయి.

ఆ విధంగా అంతరంగ స్వేచ్ఛ, పరిశుద్ధత, నిజాయితీ సాధిస్తే, మన బాధలన్నీ మాయమవుతాయి.

అటువంటి మానసిక స్థితిలో 'చేతన' దాని అంతిమ లక్ష్యాన్ని చేరుకోగలదు.

CWSA 3:216 అనువాదం: కె.ఆర్.ఎల్. నరసింహారావు

"నాకేమి తెలియదు"

ఎంతో కష్టపడి పైకి వచ్చిన ఒక నిజమైన శాస్త్రవేత్తను నీవు కలుసుకున్నప్పుడు, అతను నీతో అంటాడు. "మనకేమి తెలియదండీ, రేపు తెలుసుకోబోయే విషయాన్ని బట్టి చూస్తే నేడు మనకు తెలిసింది చాలా స్వల్పం. మరు సంవత్సరానికి ఈ సంవత్సరపు అన్వేషణలు పాతబడి పోతాయి." ఒక యదార్థమైన శాస్త్రవేత్తకు బాగా తెలుసు, తాను తెలుసుకున్న వాటికంటే తనకు తెలియని విషయాలు చాలా వున్నాయని. మానవ కార్యక్రమాలలోని అన్ని విభాగాలలో ఇది కడు వాస్తవం. పేరెన్నిక గాంచినప్పటికీ ఒక గర్విష్టియైన శాస్త్రవేత్తను నేను ఏ నాడు కలుసుకోలేదు. ఎంతో కొంత ప్రజ్ఞ కలిగి "నాకంతా తెలుసు" అనే మనిషిని నేను ఎన్నడూ కలువలేదు. "నిజంగా నాకేమీ తెలియదు." అని ఒప్పుకునే వారు మాత్రమే నాకు తారసిల్లారు. తాను చేసినదంతా, తాను సాధించినదంతా విడమర్చి చెప్పి కూడా అతను ఎంతో వినమ్రంగా "ఏమైనప్పటికీ, నాకు తెలిసింది స్వల్పం." అని అంటాడు.

CWM 5: 29

నీకు తెలుసా! నీకంటే ప్రకృతికి ఊహాశక్తి ఎక్కువని. ఆమె ఎల్లప్పుడూ క్రొత్త వస్తువులు ఊహాకల్పన చేస్తూ ఉంటుంది. అందుకే కాలంతో పాటుగా ప్రతీదీ మారుతూ, ఉంటుంది. సమస్త సంయోజనాలు నిత్యనూతనంగా ఉంటాయి. ఈ విశ్వగమనంలో ఏ రెండు లిప్తలూ ఒకేలా ఉండవు. ఆమె కల్పనాశక్తి అమోఘం. నీ వెన్నడూ దాన్ని గురించి ఆలోచించలేదా? ఎప్పుడైనా నీకు ఒకే రకమైన రెండు క్షణాలు సంభవమైనాయా? లేదు. నీవు నిన్నటిలా ఈ రోజు లేవనీ మరియు నేటిలా రేపుండవనీ నీకు బాగా తెలుసు. నీవు వెనక్కు తిరిగి చూసుకున్నప్పుడు — ఒక పది సంవత్సరాలు అనుకుందాం — బహుశా నిన్ను నీవు పోల్చుకోలేవేమో. అన్ని విషయాలను ఆలోచించేవాడినని ఒప్పుకున్నప్పటికీ నీవు దేనిని గురించి ఆలోచించిచేవాడివో, కచ్చితంగా చెప్పలేవు!

అయితే ఇక్కడ సమస్య అంటూ ఏమీ లేదు. చేయవలసిందల్లా నీకు అందించబడిన పరిమితమైన అనుభవ క్షేత్రంలో జరిగిన వాటి సంభావ్యతలను పరిశీలన చేసేందుకు ప్రయత్నించడం, వాటిని నమోదు చేయడం ప్రారంభించడం. అదంతా ఒక పెద్ద గ్రంథం అవుతుందని నీవు వెంటనే గ్రహించగలుగుతావు. అవి కేవలం నీదైన ఆ చిన్ని అనుభవ క్షేత్రంలోని సంఘటనలు.

మరి నీ వేంటి? ఈ అనంతత్వంలో ఒక్క లిప్త మాత్రమే.

CWSA 5:225-26

శ్రీమాతా, ఒకడు తాను శక్తి హీనుడనని తలచినప్పటికీ ఏదో ఒకటి అతడు శక్తివంతుడని నమ్ముతుంది.

అయితే? ఆ నిజమే, నిజమే! నిష్కపటంగా ఉండగలుగుట ఎంత కష్టం! అందుకనే బాధలనేవి ద్విగుణీకృత మౌతాయి. ఒక్కోసారి మరీ తీవ్రతర మౌతాయి. ఎందుకనగా నీలోని మూర్ఖత్వాన్ని తొలగించేందుకు అదొక్కటే మార్గం గనుక. ఆపదలు సంభవించుటకు ఇదే కారణమని చెప్పటానికి ఋజువు ఇదే. నీవు ఏదో కొంత తీవ్రవేదనకు లోనైనపుడు, ఏదో నిన్ను బాగా కలచివేసేముందు, అది నీ అంతరాలలో ప్రభావం చూపి నీలోని మూర్ఖత్వాన్ని కొంత కరిగించి వేస్తుంది. అయితే నీవన్నట్లు నీలోని ఎంతో కొంత సమసిపోయినా, ఇంకా లోపల ఏదో కొంత ఉండిపోతుంది. అందుకే నీ మూర్ఖత్వం చాలాకాలం కొనసాగుతుంది.

నీవు అల్పుడవని, నీవేమీ చేయలేవనీ, నీకు అసలు ఉనికి లేదని, దివ్యచేతన, దైవకృపలేకుండా అస్తిత్వమే లేదని, నీ అంతరాలలో లోతైన అవగాహన కలగడానికి జీవితంలో ఎన్ని దెబ్బలు తినాలో? ఆ అవగాహన ఏర్పడిన క్షణంనుంచి, అది సమసిపోతుంది. అడ్డంకులన్నీ తొలగిపోతాయి. అది సమగ్రంగా తెలిసిపోయి,

ఒక పరిపూర్ణ చేతనకు, ఒక సమగ్ర చేతనా శక్తికి మేల్కొన్న అంతరంగ జీవితం గలవారందరూ దాని అనివార్యమైన ఫలితాలను పొందుతారు — ఆత్మ జ్ఞానం, సంస్కరించబడిన ఉనికి, తృప్తి పొందిన అస్తిత్వంలోని ఆనందం, ఈడేర్చబడిన లక్షణం గల సంతోషం.

CWSA 221: 1072 *అనువాదం: ఎస్. వై. బాషా*

ఆటంకపరచేది ఏమీ లేకపోతే.... కానీ ఆ క్షణం వరకు......చాలా సమయం పడుతుంది.

ఇది మరువకుండా నీవు ఉండలిగేటంతటి అదృష్టం వుంటే, సాధనలో చాలా వేగంగా మున్ముందుకు సాగ గలవు. నీ సాధన వేగవంతం అవుతుంది.

CWSA 6:323-324

అనువాదం: యస్. వై. బాషా

పరిపూర్ణ విశ్వాసం పొందే మార్గం

రేపు ఏమి జరగబోతోందో నాకు చెప్పగలవా? నీవు చెప్పగలవని నేననుకోను. కానీ నీవు తప్పక చెప్పవచ్చు. మనం తింటాం, నిద్రిస్తాం.... ఇవి మామూలు విషయాలు. కానీ ఏదో అనుకోనిది జరిగబోతున్నదని మాత్రం చెప్పలేవు. ఎందుకు? ఎవరో అన్నారు,"దీని కోసం ఒక ప్రత్యేకమైన నేత్రం అవసరం" అని. ఆకారాలను అందుకోలేక పోయినా జరుగబోయేదానిని ముందుగానే గ్రహించడం సాధ్యమే. ఆ కృతులులేని జ్ఞానం ఒకటున్నది.

CWSA15: 285

*

ఇక్కడ మళ్ళీ మనం 'యోగం' లో పరిష్కారాన్ని వెతకాలి. యోగాచరణ ద్వారా ఒకవ్యక్తి తన 'విధి' ని ముందుగా చూడటమే కాదు, దానిని మార్చి పూర్తిగా సరిదిద్దుకోగలడు కూడా. అన్నింటికంటే ముందు, మనమేదో ఒక ఏకైక జీవి కాదని, ఒక సామాన్యమైన, తార్కికపరమైన, కేవలం ఒకే ఒక 'విధిని' ఆవశ్యకంగా కలిగివున్న వారం కామని 'యోగం' ప్రబోధిస్తుంది. ఇంకా మనం ఒప్పుకు తీరవలసిన దేమిటంటే చాలామంది మనుషులు 'విధి' సంక్లిష్టమైనది, తరచుగా అసంబద్ధమైనంతవరకు అని. ఈ సంక్లిష్టతయే కాదా అని అనిరీక్షితమైన, అనిశ్చితమైన పర్యవసానంగా, అనూహ్య మైన ధోరణిని కల్గించేది?

ఈ సమస్యా పరిష్కారానికై తెలుసుకోవలసినది.... కళాత్మక జీవన గమనానికి కావలసినది ఒక వ్యక్తి తన చేతనయొక్క అత్యున్నత స్థాయిలో తనను తాను వ్యవస్థీకరించుకోవడం, తద్వారా అతడి అత్యున్నత విధి యితరుల జీవితాలపై,

కార్యాచరణపై ఆధిపత్యం కలిగి వుండటం. కాబట్టి ఏ పొరబాటు జరుగదనే ధీమాతో, నిర్భయంగా చెప్పగలగాలి, ఎల్లప్పుడూ నీ చైతన్యంయొక్క శిఖరాగ్ర స్థాయిలో నిలిచి వుంటే, ఎప్పుడూ నీకు అత్యుత్తమమైనదే జరుగుతుందని. కానీ అది అత్యున్నతస్థాయి, దానిని చేరడం అంత సులువు కాదు.

CWM12: 77-78

మనుషులు వాళ్ళ చైతన్యం నిజంగా మారాలని కోరుకొన్నప్పుడే వాళ్ళ క్రియా కలాపాలు కూడా మార్పు చెందుతాయి. మన చైతన్యంలో మార్పు కలిగితే, అసలు ఆ మార్పు ఏమిటో మనం గ్రహించ గల్గుతాం:

మార్పు అంటే:

1. ద్వేషం, సామరస్యంగా
2. అసూయ, ఔదార్యంగా
3. అజ్ఞానం, జ్ఞానంగా
4. చీకటి, వెలుగుగా
5. అసత్యం, సత్యంగా
6. చెడు, మంచిగా
7. యుద్ధం, శాంతిగా
8. భయం, నిర్భయంగా
9. అనిశ్చిత స్థితి, నిశ్చయ స్థితిగా
10. సందేహం, విశ్వాసంగా
11. గందరగోళం, క్రమబద్ధంగా
12. ఓటమి, విజయంగా

CWM 15: 223

ప్రశ్న: అనుభవానికి సంబంధించి ప్రతికూల పార్శ్వం, సానుకూల పార్శ్వం అన్నదానికి అర్థమేమిటి?

ఓ బిడ్డా! నీకు తెలుసా, నీలో కొన్ని దోషాలుంటాయి. అవి నిన్ను ఎదగనివ్వకుండా ఆపుతాయి. కాబట్టి ఈ ప్రతికూల పార్శ్వం అనగా నీ దోషాలనుండి బయటపడే ప్రయత్నం చేయడం

కొన్ని విషయాలు ఉంటాయి. వాటిలా నీ వుండాలి. ఆ విధంగా తయారుకావాలి.

నీవు సాధించడానికి నీలో నీవే నిర్మించుకోవలసిన లక్షణాలు వుంటాయి. ఈ పార్శ్వాన్ని సానుకూల పార్శ్వం అంటారు.

ఉదాహరణకి, నీలో నిజం చెప్పనటువంటి వైఖరి ఒకటున్నది. ఈ అబద్ధం చెప్పే సత్యాన్ని చూడని, సత్యాన్ని పలకని అలవాటుకు భిన్నంగా నీ చేతనలో అసత్యాన్ని నిరాకరించడం ద్వారా నీవు పోరాడాలి. నిజం పలుకని దురలవాటును నిర్మూలించు కోవటానికి శ్రమించాలి. ఈ పని చేయడం కోసం నీలో కేవలం సత్యాన్ని పలికే అలవాటును అలవర్చుకోవాలి. నీ అంతట నీవే ఎల్లప్పుడూ సత్యాన్ని గ్రహించే, సత్యాన్ని వచించే అభ్యాసాన్ని చేపట్టాలి. ఒకటి ప్రతికూలమైనది. దోషాన్ని నిరాకరించడం, మరొకటి నిజమైనది ఆ లక్షణాన్ని వృద్ధి చేసుకోవాలి. ఈ విధంగా వుంటుంది.

ప్రతిదీ ఇలాగే వుంటుంది. ఉదాహరణకు, నీ లోపల ఎక్కడో తిరుగుబాటు ధోరణి, అజ్ఞానం, దురహంకార అస్పష్టమైన వ్యతిరేకత, పైనుండి వచ్చే దానిని నిరాకరించడం లాంటిది వుంటుంది. కాబట్టి ప్రతికూల పార్శ్వ మేమిటంటే దానితో పోరాడటం, అది తనను తాను వ్యక్తం కాకుండా ఆపు చేయడం, దానిని నీ స్వభావం నుండీ తిరస్కరించడం. ఇక సానుకూల పార్శ్వం శరణాగతి, అవగాహన, సమర్పణ భావన, ఆత్మ సమర్పణ, దైవిక శక్తులకు పూర్తిగా తోడ్పడే ధోరణిని పెంపొందించు కోవడం. అర్థమైందా? ఇదే విషయాన్ని మళ్ళీ చూస్తే, కోపిష్టులైన వ్యక్తుల్లో కోపం రాగానే తారా స్థాయిలో ఊగిపోయి, కోపావేశానికి లోనయ్యే, అలవాటుంటుంది. దానికి వ్యతిరేకంగా పోరాడి కోపోద్రిక్తుడు కాకూడదు. తన అస్తిత్వం నుండి వెడలే కోపా వేశ తరంగాలను నిరాకరించాలి. కాని వాటి స్థానే అచంచలమైన ప్రశాంతత, సంపూర్ణమైన ఓరిమి, ఇతరుల దృక్కోణాన్ని అర్థం చేసుకొనే అవగాహన, స్ఫుటమైన సమదృష్టి, స్థిరమైన నిర్ణయం ప్రతిష్ఠించాలి. అది సానుకూల పార్శ్వం.

CWM 7: 202-03

శ్రీమాత

అనువాదం: సి.హెచ్ . హర్షవర్ధన్

మనస్సును, స్వభావాన్ని, జనుల అభిరుచులను ఉన్నతం చేయాలి. ప్రాపంచిక జీవితాన్ని అందమైనదిగా, అద్భుతమైనదిగా, చేసిన స్ఫూర్తిని, ప్రాచీన వైభవోపేత మానసిక స్థితిని, దృఢమైన ఆర్య జాతి విలక్షణతను, విశిష్టమైన ఆర్యుల దృక్పథాన్ని తిరిగి అలవరచు కోవాలి. మనలను భూమి పైనున్న సమస్త మానవ జాతులన్నింటిలోకి అత్యంత దయార్థ్రి హృదయులు, గంభీరమైన ఆలోచనా పరులుగా, అపారమైన జ్ఞాన సంపదతో సాత్విక జీవన శైలి కలవారుగా తీర్చిదిద్దిన దివ్యమైన ఆద్యాత్మిక అనుభవాలను, సిద్ధులను, అభిలాషలను తిరిగి పొందాలి.

ఇది మనం విధిగా నెరవేర్చవలసిన ముఖ్యమైన అత్యావశ్యకమైన కార్యం.

CWSA 8: 248

శ్రీఅరవిందులు

అనువాదం: సి. హెచ్ . హర్షవర్థన్